

元気いっぱい体を動かして遊んでいます♪

12月に入り、寒さが本格的になってきました。

令和7年12月

園庭に出てすぐは「さむいな～」という声も聞こえますが、体をいっぱい動かしているうちに、いつの間にか心も体もぽっかぽかになっている子どもたちです♡

今回は園庭で楽しんでいるサークル遊びでの姿を紹介♪

でこぼこ道



じゃーんぶ！

以前は保育者の手を握りながら跳んでいましたが、自分の体の使い方や距離を知ることで、1人でやってみる姿も見られるようになりました。

思い切り前に飛び、膝を曲げて着地！

そこで…



低い段差を間に入れて難易度アップ！



またぐ！

体のバランスをしっかりとれるようになってきたことで、こうした動きもスムーズにこなせるようになりました。

ジャンプ



グーパー グーパー

フープの置き方に合わせて、1つ1つ進んでいきます。

最後までいくと「できた～！」と、とっても嬉しい♪

だいじょんぶ！！

下半身、特に太ももやふくらはぎを使うことで、足腰の筋力にも繋がります。

坂道



初めは走って坂の上り下りをしていましたが、最近では这样にして上り下りすることも楽しんでいます。



この動きは、腕、足、体幹など、体の様々な力に繋がります。日常生活の中で「这样」動きをする経験が少ないからこそ、遊びの中でたっぷり経験できるようにしたいです☆

遊びの中で様々な動きを経験することによって、体をコントロールする力が身に付き、いろいろなことにチャレンジする姿にも繋がっていきます。

引き続き安全に配慮しながら、子どもたちの「やってみたい！」という気持ちを大切にしたり、「できた！」という経験を積み重ねられるようにしたりし、自信や意欲に繋げられるようにしていきたいです♪