

# 10月 フルーツミックス

今月のテーマは『うんどう遊び』です。

子どもたちは、平均台をわたったり鉄棒にぶら下がったり、ウッドマウンテン、サーキット遊び…とたくさん身体を動かして遊んでいます。

10月のねらい

- 0歳児 …シーツブランコで安定した姿勢を取り、揺れる感覚を心地よいと感じる
- 1歳児 …サーキット遊びを通して登ったり、ぶら下がったりすることで足や腕の力を促す
- 2歳児 …友だちと一緒にごっこ遊びを楽しむ



運動会での0・1・2歳児わくわくサーキットでは、子ども達が自ら進んで参加できるようサポートしながら参加して下さいね。お子さまの運動面がどのくらい育っているか確かめながら参加されると楽しいかもしれませんよ。



## さくらんぼぐみ

廊下や階段などハイハイをたくさん促せる遊びを取り入れています。

## ハイハイはとっても大切！！

- ・全身を使った運動なので、全ての筋肉が鍛えられる。
- ・目と手、手と足など2つ以上の動作（協応運動）ができるようになる

ハイハイは成長してから良い姿勢を維持したり、バランス感覚に優れた運動神経の良い子に育てるのに大切な基礎運動です。



## いちごぐみ

りんごぐみの子どもが遊んでいるのを見て、跳び・よじ登るぶら下がる遊びを真似しています。



## うんどう遊びで育つもの

全身を動かすことで、心身の機能・筋力・バランス感覚・注意力・集中力などを養います。

大切なのは「楽しい！」と思えること。  
楽しいから『もっとやりたい』と思える意欲が育ちます。



サーキット指導 板倉先生