クレスポ

教室の様子

日時：令和６年１月２５日（木）
　　１０時１５分～１１時００分

場所：かえで保育園　４・５歳児室

対象：４・５歳児

講師：岩崎めぐみ（非常勤職員 兼 体操講師）
　　※全日本の代表に選出されたことのある
　　元バレーボール選手です。

内容：まず初めに準備運動をし、手首や足首をよくほぐし体をあたためました。２人組になり手押し車にも挑戦しました。１歩１歩あわせて前に進むことが出来ました。またボール運びでは素早く機敏に動きゲームを楽しみました。メインレッスンの鉄棒では、しっかりと握り、逆上がりにも挑戦しました。足が上がらず腕がのびてしまいがちでしたが、講師に引き寄せつように手をまげて蹴りあげる基本を教えてもらい、繰り返し挑戦し頑張る子ども達でした。

K

クレスポ

日時：令和６年１月１７日（水）
　　１０時１５分～１１時００分

場所：かえで保育園　４・５歳児室

対象：４歳児

講師：岩崎めぐみ（非常勤職員 兼 体操講師）
　　※全日本の代表に選出されたことのある
　　元バレーボール選手です。

内容：今回のメイン活動は跳び箱です。両足ジャンプや手をつく活動をなど跳び箱の基本動作を準備運動に取り入れ、ゴムフープ跳びでは開脚跳びをしました。跳び箱では、開脚と手のつく位置を確認し、繰り返し挑戦する中で踏切と開脚のリズムがあってくる子ども達の様子がありました。はじめは自信がなく講師の顔をみて照れている子も、繰り返す中で前を向き跳び箱と向きあい真剣な表情も見られました。最後は、２チームに分かれてボール渡しゲームを楽しみました。

教室の様子

K