

# カエデ体操



日時：令和4年9月6日（火）  
10時20分～11時10分

場所：かえで保育園 4・5歳児室

対象：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：運動会に向けて継続している跳び箱、今回のレッスンでも「跳び箱・開脚跳び」を行いました。まずは基本的なストレッチから行い、ジグザグ走で体を温めてから開脚跳びです。手をしっかりと付き、体重を支え、開脚が出来るようになってきました。跳べた喜びが「楽しい」という感覚になってきた子が多いです。一方で、おしりが引っかけたり、バランスが崩れて危なかったりして、怖いという気持ちが芽生えることもあります。それでも友達に励まされて、再び跳び箱に向かう挑戦も見られ、自己コントロールをして向かう姿には成長を感じました。 園長 小川

## 教室の様子

