

あしすずも



日時：令和7年2月27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：今日のメインレッスンは跳び箱です。手や腕の保持、踏切と開閉ジャンプなど跳び箱の基本動作を様々な運動で取り入れました。手押し車では、自分の体重を手のひらで支えながら前進し、腕の力をつけていきます。友達と歩幅を合わせて楽しみながら行っていました。開脚とびでは、跳び箱を縦、横の2パターンで挑戦しました。両手の位置や踏切など回数を重ねるごとにリズムがあってきて跳べる子も増えてきました。最後は、ボール引っ越しゲームをし大盛り上がりでした。

教室の様子



かえで保育園

教室の様子

日時：令和7年2月18日（火）
10時15分～11時00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：今日のメインレッスンは鉄棒の前転です。鉄棒の活動にも慣れて、恐怖心も減り取り組めるようになりました。前転では、足掛けでの登りから、ジャンプで乗り上げができるようになり、目線も前方に向けてバランスを取れるようになりました。また、前転する時には、体に力を抜いて重心を移行することもできるようになりました。友達の頑張りを応援したり、「できた」と喜ぶ姿に共感したりして一緒に喜ぶ姿もありました。最後のゲームでは、声を出してチームの友達を応援しゲームを楽しみました。



あしすまい

教室の様子

日時：令和7年2月10日（月）
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：メイン活動は跳び箱です。準備運動では、四つん這い歩きやカエル跳びなど、手のひらに体の重心のせる跳び箱の動作につながる動きを行いました。跳び箱は、縦と横どちらも挑戦してみました。縦は基本の跳び方でお尻が上がり、飛距離があれば跳べるもので、横は飛距離が短い場合でも開脚ができていますと跳びやすい特徴があります。子ども達それぞれに跳びやすさ、好みもあるようでした。柔軟性がある子ども達が多く、横では多くの子ども達が跳べていました。

