

あそび

教室の様子

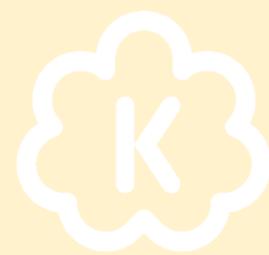
日時：令和8年2月26日（水）
10時15分～11時00分

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：今回のメインレッスンは跳び箱です。準備運動では開閉を意識したストレッチや動物歩き、肘を延ばす動き、手のひらに重心を乗せる動きを行いました。子ども達はテンポよく、楽しく参加していました。跳び箱では踏切るリズムがつかめるよう跳び箱前にフープを置きました。両足大ジャンプで開脚跳びとなり、空中感覚を掴み跳べるようになってきました。継続的に行ってきたことで両足ジャンプ、開脚、姿勢保持、閉脚の感覚を掴み7割の子どもができるようになりました。



カキスホ

教室の様子

日時：令和8年2月18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：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：今回のメインレッスンは鉄棒です。前回りでは、全員が基本動作を身につけることができました。今日は逆上がりにも挑戦。準備運動では十分にストレッチをしてから前回りで回転感覚を養ったり、ぶら下がり等様々な動きを楽しんだりしました。逆上がりでは、ボールを使って蹴り上げ回転に繋げていきました。足が上がりにくい子はボールに足をのせ、蹴り上げ回転ができるようになりました。お尻が下がったり、肘が下がり、腕が伸びてしまうなど難しいところもありながら、友達と励まし合い頑張る姿が見られました。

