

# あしすまい



日時：令和8年5月28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：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：準備体操やまねっこ走など、わからない動作は確認しながら行っていきました。子ども達は、どこの筋をのばしているのか、ストレッチすることで体が動かしやすくなることなど講師からの話をよく聞き参加していました。メイン活動は、バランス感覚を養うプログラムで、ライン跳びに挑戦し、平行渡りや片足跳びや交差跳び等様々な動きに挑戦しました。最後はリバーシゲームです。勝ち負けも楽しめるようになり、1ゲームごとに勝者の子ども達は飛び跳ね全力で喜んでいました。

## 教室の様子



# あしすぽ



## 教室の様子

日時：令和8年5月20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跳び箱です。グループダッシュでは、腹ばいになり肘をのばして前進する動きや重心を手のひらに乗せる動きを取り入れ、跳び箱の基本動作につながる要素が沢山詰まっていた。子ども達は元気に、意欲的に体を動かす姿がありました。跳び箱では、ロイター板を使用しました。跳びやすくなった子もいれば、今まで跳んでいた子は足もとに意識が行き過ぎて踏み込み切れないなどの様子が見られました。講師が少しずつ慣れていけるようにポイントを伝え補助してくれました。

