

カクレキョウ

教室の様子

日時：令和4年2月28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：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：今回のレッスンは鉄棒逆上がりです。雲梯の得意な子も多い年長さん。「頑張る！」と気合を入れて望みました。逆上がりは、逆手持ちで、蹴り上げるイメージと腕を曲げお腹を鉄棒に近く引き寄せる必要があります。もう少しのところまで足が上がり切れない様子でした。5歳児は園最後のクレスポです。体を動かすことが得意な子ももちろんの事、苦手な子も友達と一緒にレッスンを楽しく出来ました。小学生になっても沢山運動して、楽しく体を動かして欲しいと思います。



かえで保育園

教室の様子

日時：令和4年2月4日（金）
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：前回に続いて跳び箱に挑戦しました。両足跳びを意識し、ハードル跳びや蛙飛びをしました。また、平均台を用いて両手に重心をかけながら前進することを体験し、重心移動・支持力を見つけられるような活動を行いました。回数を重ねるごとに両足ジャンプや手のつく位置が定着してきました。恐怖心のある子は、まだ助走や手での押し込みができないところもありますが、友達の頑張る姿に刺激を受け、前向きに何度も挑戦し頑張っていました。

