

カレスポ

教室の様子

日時：令和8年8月5日（水）

10時～11時30分

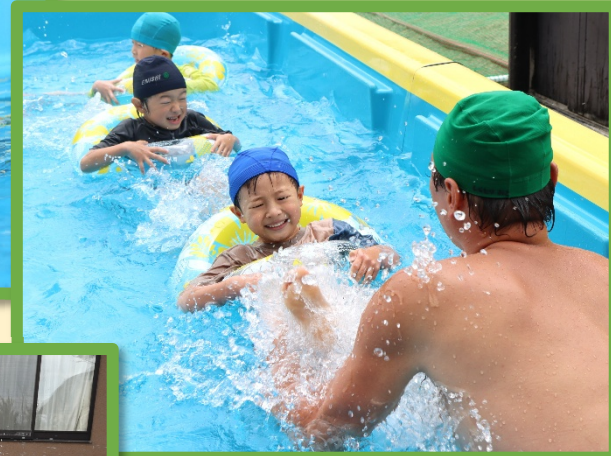
場所：かえで保育園 園庭

対象：4・5歳児

講師：白鳥氏

※宮城県内を中心にレクレーション活動を行っている方です。

内容：専門講師との最後のレッスンとなり、親しみをもち講師に話しかけ、かけよる子ども達、とても楽しみにしていました。今回も4・5歳児合同の小グループ制でレッスンを行いました。はじめは、水かけ、フニ歩きで水に親しみ、フープくぐりをしました。苦手な子も口元まで沈みくぐる事が出来ました。後半はバタ足から顔をつけて水に浮かぶプログラムを体験しました。バタ足のポイントは膝を曲げないこと、腕はあげて耳の横につけるなど、講師の指導をよく聞き挑戦です。「できるよ」とバタ足や顔付けの泳ぎに挑戦していました。水に触れる楽しさを味わいながら、講師の見守りや指導を通して、できることが増え、一人一人の自信につながる時間となりました。





日時：令和8年8月3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：準備運動では、手足首や首回りなどを中心に、しっかりと体を動かしました。マット前転では、体の緊張をほぐし、背中を丸めたり、足が広がらないよう意識しながら、だるまポーズで転がることから始めました。前転の回転感覚を養うため、坂道マットを使って繰り返し取り組むことで、少しずつ自然に回転できるようになりました。「できた」「ドキドキした」と興奮気味の子ども達は、できたことを喜び、自信につながっている様子が見られました。



教室の様子

