

三和こども学舎体操通信（7月号）

今月はすみれ組、三くみクラスが鉄棒・かけっこを行い、さくら組はマット運動を行いました。鉄棒では逆上がりの練習をいろいろなメニューを実践しながら行いました。肩の可動域を広げるため肩回りの柔軟や足を後方に持っていくエビ、足の蹴り上げを強くするためのスキップ練習などをしながら逆上がりを行うことで少しずつできるようになったり、補助がなくても一人で回れる子が出てきました。スキップでは逆上がりだけでなくかけっこが速くなるための要因やリズム感覚を刺激する要因も含まれており一度にたくさんスキルを刺激できます。このように逆上がりやかけっこ、ほかの種目も細かく動作分けをしていくことで似たような動きが出てくるため逆上がりなら逆上がりの練習だけよりもいろんな所で結果が出るので子ども達も気付いたらできていることに喜びを感じています。

◎体操教室の様子

さくら組



すみれ組



三くみ



◎ばら組

今月はブロックの上を歩いたりトランポリンでジャンプしたりなど器具をたくさん使った体操教室となりました。器具も色々な色を使うことで子どもの色彩感覚やブロックの上ということもありいつもとは違う目線の高さでの活動のため空間認知やバランス感覚を刺激する内容となりました。たくさんの器具があり子ども達も終始飽きることもなく夢中になって体操教室に取り組んでいました。何かに夢中になることはとても重要なことなので小さい時からそういった環境を体操教室でも作っていきつつ、遊びの中で色々なスキルを知らないうちに身につけられるようにしていきたいなと思います。

※夏の時期は気温も高く熱中症や脱水症状を起こしやすくなります。こまめに水分補給をしたり、エアコンなどをつけて活動しやすい温度にしたりしながら活動していきます。

◎お知らせ

コロナウィルスのため一度中止していた体操教室の見学を再開していきたいと思います。見学の際には事前に担任の方までお知らせください。



また、見学の際には検温と手指消毒にご協力ください。よろしくお願いいたします。