



# たいいくだより



あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨を迎えようとしています。雨の日が多くなる季節ですが、晴れに変えるくらいに元気いっぱい体操を行っています。

6月の体操教室では鉄棒に取り組んでいきます。子ども達が大きく成長できるように全力で応援していきます！

## 🌻 たんぽぽ組 🌻

5月はマット運動では、開脚立位前転（でんぐり返し）を行い、おへそを見るというポイントを意識して取り組むことができました。最初は先生と一緒に回っていたお友達も回数を重ねていくうちに1人の力で回ることができました！これからもなおや先生と楽しく元気よく体操を頑張っていきましょう！

## 🌻 ひまわり組 🌻

5月はマット運動を行い、立位前転～立ち上がり挑戦しました。立ち上がりではマットに手を着かずに立ち上がることを目標に取り組みました。最初は上手くできなかったお友達も、回数を重ねていく中で手を前に出し立ち上がることができました。これからもなおや先生と楽しく元気よく体操を頑張っていきましょう！

## 🌸 さくら組 🌸

5月はマット運動を行い、坂道を使った後転を行い、坂道を使った後転に挑戦しました。最初は身体の運び方がわからず難しい様子でしたが、回数を重ねていく中で徐々に手の位置や足の運び方を覚えて回転することに成功しました。これからもなおや先生と楽しく元気よく体操を頑張っていきましょう！

## おうちでやってみよう！～身体づくり～

### 3歳 カタツムリ進み



先生のワンポイントアドバイス

カタツムリ進みは、お腹の力を使って前に進みお腹の力を強くする運動です。慣れてきたら速く動いてみましょう！

### 4歳 おサルさん



先生のワンポイントアドバイス

おサルさんは、バランスを保ちながら一つの足で進みます。慣れてきたら反対の足でも挑戦してみましょう。上手に出来たら回ったりジグザグにもチャレンジしてみてくださいね！

### 5歳 壁のぼり倒立



先生のワンポイントアドバイス

壁のぼり倒立は、お腹の力や腕支持感覚を養う運動です。手と手の間を見て、お腹を真っ直ぐに出来るとGood!! 慣れてきたら片足を上げてみましょう!!