



たいいくだより



梅雨が明け、暑い夏がやってきました。その中でも伸び伸び体を動かすお子様達。暑い夏の日でも額に汗を光らせながら元気に体操ができました！

7月の体操教室では跳び箱に取り組んでいきます。お子様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

6月の体操では鉄棒運動を行いました。不安定な鉄棒の上でしっかりと腕を伸ばし「ツバメ」に変身をする事ができました。中には勇気を出して自ら身体を倒し「前周り降り」を成功させるお友達もい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

6月の体操では同じく鉄棒運動を行いました。鉄棒をしっかりと握り、身体を小さく折り畳み回転する「足抜き回り～尻上がり」に挑戦をしました。徐々に身体の使い方を覚えてスムーズに回転することができましたこれからもなおや先生と色々な動きを経験していきましょう！

さくら組

6月の体操では同じく鉄棒運動を行いました。「足抜き回り～尻上がり」に挑戦するお友達、「逆上がり」に挑戦するお友達、全員が達成しようと目標に向かって一生懸命取り組む事ができました！これからもなおや先生と目標に向かって一生懸命体操を頑張っていきましょう！

おうちでやってみよう！

カメさんのポーズ(3歳)



先生のワンポイントアドバイス

カメさんのポーズでは、足の裏と足の裏をくっつけて、頭を前に倒します。足は体に近づけて頭は足にくっつけてください。膝が下につくようになったらgood！

カタツムリ(4歳)



先生のワンポイントアドバイス

カタツムリでは、足を伸ばし後ろに寝転びます。足を頭の上につけて柔軟性を身につけます。10秒間、行ってください。

アシカのポーズ(5歳)



先生のワンポイントアドバイス

アシカのポーズでは、手を下につき頭は後ろに足を上にあげて止まります。頭と足がくっつくように手はお腹の近くでして腕は伸ばして行ってください。