

朝晩すっかり涼しくなりました。何をするのも快適な季節がすぐ訪れそうですね。そんな時はおとなも子どもも、戸外で身体をたくさん動かし、心身ともにリフレッシュしたいものです。

最近の子どもたちは身体を使った遊びをしなくなったと言われます。小さい時からたくさん歩いたり、走ったりして、日常の行動として習慣づけるといいなと思います。平坦なところばかりでなく、多少の昇り降りがあったり、砂利道だったり、でこぼこのあるところが良いそうです。階段を昇ったり、何段かを飛び降りたりも、戸外ならちょっとした冒険心を味わえます。いつもより少し難しい遊具にチャレンジできたら尚一層です。鉄棒などはぶらさがるだけでも腕の力がつきます。こうやって身体全体を使って大きく動かす運動は粗大運動といえます。体幹、足腰が鍛えられます。

ボール遊びもいいですね。転がってきたボールを手で掴む、足で蹴る。これらは、目と、手・足という二つの機能を同時に使う動作です。歩いたり走ったりするだけよりも、高度な動きですが、少しずつ経験して脳の働きの新しい回路をつくりたいものです。

何だかお母様方も、外で一杯身体を動かしたいなとむずむずしてきませんか。ぜひ親子一緒に身体をたくさん動かしてみてください。親子で爽快感を味わえるなんてとても素敵です。おまけに戸外は家の中よりも子どもを叱る回数がグッと減りますし-----。

よう コース

10月の予定

日 ()	うんどうかいごっこ	からだをたくさんうごかして あそびましょう
日 ()	プレイルームで あそびましょう	マット、へいきん、とびばこに ちょうせんしてみましょう
日 ()	トゥリック オア トウリート	ハロウィンパーティをします たのしくあそびましょう
日 ()		

《 お知らせ 》

- * 10月11日は運動会です。チビッコ競争があります。ぜひ御参加ください。
- * 10月15日から平成27年度入園案内書の配布が始まります。入園をお考えの方お取りにいらしてください。10月23日は新制度『認定こども園』の説明会があります。こちらもお参加ください。
- * 入園に際してお子さんのことで御心配なことがあるようでしたら、お気軽に園長または副園長までお声掛けください。