



げんキッズ VOL.1



豊岡市教育委員会
こども育成課

2021年5月19日（水）発行

豊岡市では「心豊かな子ども」を育成する取組
運動遊び事業を推進・展開しています

運動遊びで育みたい力

誰しも、わが子が友達と仲良く遊び、元気にたくましく育ってほしいと願っておられると思います。運動遊びでは、思い切り体を動かして遊ぶ経験を通して、体を動かすことが好きになったり、「生きる力」が育まれたりすることをねらいとしています。



体を動かして遊ぶのって
楽しい！

育みたい、「生きる力」

- ・自分から進んで何でもやる
- ・小さな失敗をおそれない
- ・体を動かしても、疲れにくい
- ・自分のことが大好きである
- ・誰とでも仲良くできる
- ・とても痛いケガをしても、がまんできる など

※参考：橘 直隆氏(筑波大学教授)による「生きる力評定用紙」から一部抜粋

友達と仲よし！！



あきらめないぞ！



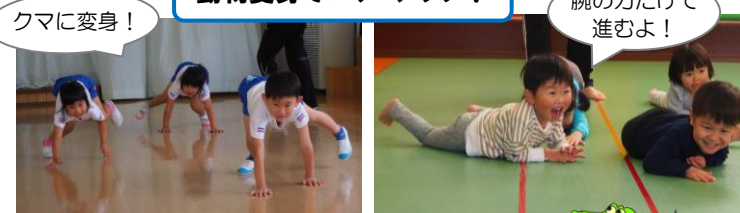
できた！
もっとやってみよう！



豊岡市が取り組んでいる運動遊びとは？

柳沢運動プログラムを基に動物変身などを楽しみながら、支持力・跳躍力・懸垂力などの基本の力を養います。また、鉄棒や跳び箱などの運動遊具に触れて遊んだり、発達段階に合わせた様々な動きを経験したりします。(詳しくは『柳沢運動プログラム体系図』をご覧ください。)

動物変身でパワーアップ！



クマに変身！
腕の力だけで進むよ！

基本の力が身に付くと、側転・短縄跳び、逆上がりなどに楽しく挑戦できます♪

友達と一緒に挑戦しよう！



山に登って「ヤッホー！」
▲おさか おのこども園

仲よしカンガルーだね♪

▲タイミングを合わせてジャンプ！
【きよたき認定こども園】

※幼児期は人との関わりから様々なことを学びます。指導者や他園児との接触が避けられない場面がありますが、新型コロナウイルス感染症対策に配慮しながら、体を動かした様々な遊びを展開していきます。

運動遊びは、技術の習得が目的ではありません。やってみたくなる気持ちや、やってみようとする気持ちを大切にしています。運動遊びがあった日は、ぜひご家庭で「今日どんなことしたの？」とたずねていただき、どんな小さなチャレンジでもたっぷり褒めてあげてください。そのことが子どもの自信につながると思います。

◎おねがい◎ ～運動遊びでは、動きやすい服装を～



動きやすいな！

髪をくくると、前がよく見えるよ！

～保護者参観について～

運動遊び巡回訪問の保護者参観実施については、新型コロナウイルス感染症対策のため各園により異なります。詳しくは各園にお尋ねください。



※なお、運動遊び中のビデオ撮影はご遠慮ください。



お子様のご入園、ご進級おめでとうございます。

2021年度の「運動遊び」巡回訪問がスタートしました。昨年度に引き続き、仲義 健(なかぎ たける)と上野 真希(うえの まき)が、各園を巡回訪問させていただきます。子どもたちに「体を動かすって楽しい！運動遊び大好き！」と思ってもらえるよう、楽しい運動遊びを展開していきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

～運動遊びコラム①～

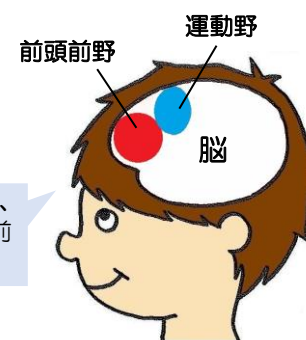
体を動かした遊びは、「心」を育む

子どもは遊ぶことで色々な力が育ちます。特に体を動かした遊びは、体の力だけでなく、「心」も育まれます。じつは、体を動かした遊びは、脳の**前頭前野**(※下記参照)の働きを高め、「気持ちをコントロールする力」や「我慢したり頑張ったりする力」や「人と上手に関わる力」を育むことにも役立ちます。幼児期は脳の土台が作られる大切な時期です。ぜひ家でも、親子で体を動かした遊びをたっぷり楽しんでみてください♪

前頭前野とは…

意志・言語・自我・自己抑制力といった、人間が人間らしく生きるための活動を担う脳の部分。

体を動かすことによって運動野が活性化し、この時、脳全体の血流量が増えるので、前頭前野も同じように活性化します！



体を動かした遊びは、脳を発達させ、豊かな心を育むことにつながるのじゃな。幼児期に育まれた力は、生涯の支えになるはずじゃ！



運動遊びの「じゃじゃ博士」

親子でチャレンジ☆ ～Part. 1～

親子サル

【身につく力】
懸垂力・逆さ感覚



大人は手をついてハイハイの状態になります。子どもは、大人の首に手を回し、背中に足を引っかけてしがみつきます。大人は子どもを落とさないように歩きます。

ジェット機に変身！

【身につく力】
背筋の力・バランス感覚・高所感覚



大人は子どもの後ろに立ち、両脇に手を入れて、胸の高さまで持ち上げます。子どもの両足を大人の腰に挟ませて、上下左右に動かしましょう。

レベルアップ！



子どもの腰を持ち、子どもが自分の力で上体を持ち上げるようにすると、さらに背筋の力を使います！

豊岡市では、各地域の子育てセンターで、親子ふれあい運動遊びを実施しています。詳しくは、運動遊び HP でご覧いただけます。

- 5月30日(日) AM 子育て総合センター TEL 24-4604
- 7月27日(火) AM 城崎子育てセンター TEL 32-4666
- 5月26日(水) AM 竹野子育てセンター TEL 47-2030
- 6月6日(日) AM 日高子育てセンター TEL 42-4610
- 6月26日(土) AM 出石子育てセンター TEL 52-6188
- 6月19日(土) AM 但東子育てセンター TEL 21-9079

上記以外の日程等、その他詳しいお問い合わせは各センターまで♪

親子運動遊びの様子



手を合わせて、「はっけよーい、のこった！」
(子育て総合センター)



HPへ
びゅーん



1日5分 心 が変わる 体 が変わる 親子でふれあい運動遊び

難しいことをする必要は全くありません。親子のスキンシップを兼ねて毎日少しの時間でも続けてみましょう！

～「子どもと遊んであげる」のではなく、「子どもが自分と遊んでくれる」のは今だけです～

