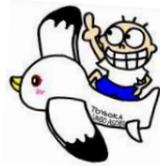




ばんキッズ VOL.4



豊岡市教育委員会
こども育成課

2022年2月4日（金）発行

「運動遊び事業を展開」

～豊岡市では心豊かな子どもを育成する取組を進めています～

運動遊び巡回訪問、こんなことしたよ！

よーいドン！



▲思い切り走るのって楽しい！
【夢川第二保育園】

島ジャンプ



▲島から島へジャンプで進もう！
【きよたき認定こども園】

豆知識その①

連続ジャンプをくり返していると、体の軸を保ちバランスをとる力が養われます！

手押し車



▲「歩きやすい速さはどれくらいかな？」
二人で息を合わせると進みやすいね！
【こくふこども園】

豆知識その②

手押し車は支持力が養われるだけでなく、相手のペースに合わせながら進もうとすることで、観察力や協調性も育まれます。

おにごっこ



▲勝っても、負けても、友達と一緒に楽しい！
【八条認定こども園】

～こんな素敵な場面も～

こっち持つわ！



▲一人でマットを運んでいる友達を見つけると、すぐにかけつけ、力を合わせて一緒に道具を運ぼうとする姿が見られました。
【チャイルドハウスこども園】

すごいな！私もやってみよう！



▲友達が頑張る姿を応援したり、友達同士で認め合ったりする姿が見られました。
【こうのとり認定こども園】

はい、どうぞ！



▲道具を渡してもらった時も、返す時も、子ども達から心のこもった言葉が聞かれました。
【出石愛育園】

寒さが厳しい季節となりました。寒い日でも、親子で体を動かして遊ぶと、心も体も温まるといいます。体調を崩しやすい時期ですが、ぜひ、元気にお過ごしください。
さて、いよいよ今年度最後の巡回訪問となりました。園に行く度、子ども達の成長には驚かされます。詳細は下欄をご覧ください。
今年度も運動遊びにご理解とご協力をいただき、本当にありがとうございました。
こども育成課 仲義 健・上野 真希

運動遊びHPにのんでいくよ♪

運動遊びに関する情報を発信しています。



～運動遊びコラム④～

褒めても、褒められても脳が働く！

子どもを褒めると、褒められた子どもだけでなく、自分自身にも良いことがあります！
じつは、褒められた時も、褒めた時も、脳の前頭葉(意欲や気持ちのコントロールに関わる部分)が活性化することが分かっています。つまり、褒めることは、どちらにとってもプラスになると言えます。
子どもの脳を育むためにも、自分の脳を健やかに保つためにも、ぜひ、愛情のこもった言葉をたくさんかけてあげてください♪

褒めると…

やる気が湧いたり、前向きな気持ちになったりする！心を込めて褒めると、さらに前頭葉が活性化！

褒められると…

幸せホルモンと呼ばれる「セロトニン」が分泌する！脳が良い状態になり、集中力や記憶力が高まる！



～褒める時のポイント～

やろうとする気持ちを認めましょう！



ママ見て！
自分で着たよ！



もう！
前後が反対じゃない！



自分でやってみたんだね！
えらいね！

できたことだけでなく、頑張ったことも褒めると、褒める場面がさらに増え、大人も子どもも良い事だらけじゃ。



参考文献：柳澤弘樹 監修「発達障害の子の脳を育てる忍者遊び」/講談社(2016)

親子でチャレンジ☆ 体を動かした遊びには、子どもを褒めるチャンスがたくさんあります！

親子で体を動かして遊び、脳も体もパワーアップしましょう♪

～5歳児にオススメ～

ヒコーキ、びゅ～ん！

【身につく力】腹筋・バランス感覚



倒れないぞ！

すごい！
いいバランス！



レベルアップ！
両手を離してやってみよう！

子どもはひざの裏を持ち、V字になります。足を伸ばし、背中が床に付かないようにバランスをとります。大人は子どもの足首を持って、後ろに進みます。

線まで引っ張ろう

【身につく力】握力・懸垂力



あと少しでゴール！
最後まで頑張るの
すごい！

よいしょ！よいしょ！

親子でタオルを持ちます。ゴールを決め、子どもは大人をその場所まで引っ張って行きましょう。
※急に力を抜くと、子どもが後ろに転倒するので、気を付けましょう。

馬跳び

【身につく力】支持力・ジャンプ力

できるかな？ドキドキ…
でも、やってみよう！



勇気があるね！
かっこいい！

大人は四つん這いになります。子どもは、大人の背中に手をつき、跳箱のように跳び越えます。助走はつけず手をついた状態から跳びましょう。

跳箱に苦手意識があっても、親子でなら安心して動きの経験ができます。やってみようとする気持ちを大切にしましょう。

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～

3回目の運動遊び巡回訪問では、自分自身が楽しみながらも、時には我慢したり、友達の気持ちを大切にしたりする姿を見て、体の力だけでなく、心が豊かに育っていることを感じました！