



パンキッズ・フラス



VOL.2 豊岡市教育委員会

こども育成課

2022年9月22日(木)発行

—豊岡市では運動遊び事業を積極的に推進・展開しています—

幼児期の運動遊び事業が、小学校へ つながっている！！

豊岡市では、健やかな心と体を育むため「幼児期における運動遊び事業」を推進しています。そして、小学校体育と運動遊び事業を連携させ、継続して「体の力」を育む取組を行っています。

ほ 褒められても、褒められても、脳が働く



「(我が子に)最近ガミガミ言っただけ…」とお悩みの方はおられません。お子さんの成長とともに「褒める」ことへのハードルがつい高くなってしまいがちですが、落ち着いて見てみると、きっと褒める場面はたくさんあると思います。そして、褒めると、子どもにも大人にも良いことがたくさんあります！

じつは、脳の前頭葉(意欲・集中力・気持ちのコントロールに関わる部分)は、褒める時も褒められる時も活性化することが分かっています。

子どもの脳を育むためにも、自分自身の脳を健やかに保つためにも、良いところをたくさん見つけ、褒める機会を増やしてみてください♪

褒めると…

やる気が湧いたり、気持ちが前向きになったりする！
笑顔で心を込めて褒めると、脳はさらに活性化する！

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！

子どものためを思うからこそ、つい口を出したくなる時もあると思うが、そんな時こそ、「褒める」を意識してみるのじゃぞ！



運動遊びの「じゃじゃ博士」

褒め方のワンポイントアドバイス！

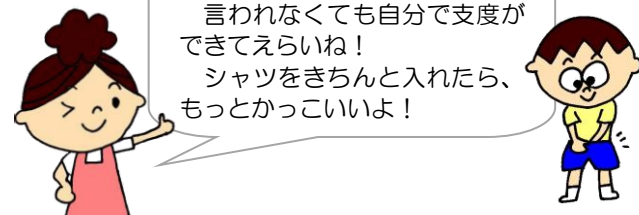
～やろうとした気持ちを大切に～

言われなくても片付けようとしたの、すごいね！



～「褒める」と「指示」をセットにする～

もう着替え終わってる！
言われなくても自分で支度ができてえらいね！
シャツをきちんと入れたら、もっとかっこいいよ！



秋風が心地よく、過ごしやすい季節となりました。晴れた日は散歩に出掛け、親子で見つけを楽しんでみて下さい。

さて、二回目の巡回訪問となりました。今回も、感染症対策に十分配慮しながら、子ども達の挑戦意欲を引き出し、友達と力を合わせる喜びや達成感が味わえるような運動遊びを展開していきたいと思ひます。

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。



一回目の運動遊び巡回訪問の様子

一回目の運動遊び巡回訪問では、豊岡市版小学校体育準備運動をしたり、友達と力を合わせる動きに挑戦したりしました。

広い体育館に響く元気な掛け声や、力強い動きなどから、小学生になった子ども達のたくましい成長を感じました！

～豊岡市版小学校体育準備運動～



▲「ロケット」の様子。足を高く持ち上げ、ピタッと体を止められるかな？
【八条小学校】

～手押し車じゃんけん～



▲腕の力やバランス感覚など、様々な力が必要な難しい動きですが、子ども達は笑顔で楽しんでいました！
【資母小学校】

～魚つりチャレンジ～



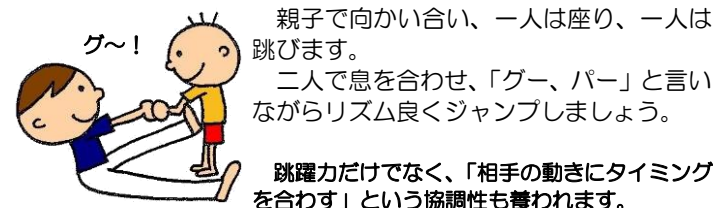
▲漁師役も、魚役も、体の力をたっぶり使います！掛け声を出しながら、力強く進んでいました！
【静修小学校】

Let's play♪親子でチャレンジ！

豊岡市版小学校体育準備運動にも取り入れている動きのふれあい運動遊びを紹介します！ご家庭でもぜひ、楽しんでみてください♪

グーパージャンプ

【身につく力】跳躍力・協調性・リズム感覚など



親子で向かい合い、一人は座り、一人は跳びます。
二人で息を合わせ、「グー、パー」と言いながらリズム良くジャンプしましょう。

跳躍力だけでなく、「相手の動きにタイミングを合わせ」という協調性も養われます。



グー～！

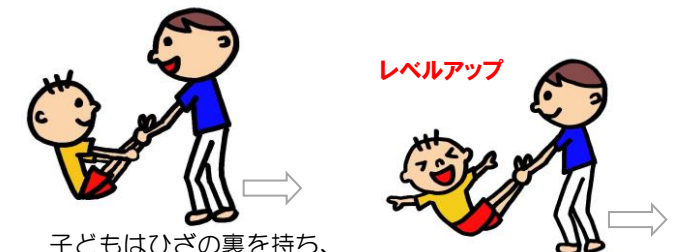


パー～！

慣れたら手を離してチャレンジしてみよう！

荷物運び

【身につく力】バランス感覚・腹筋など



子どもはひざの裏を持ち、V字になります。足を伸ばし、背中が床につかないようにバランスをとりましょう。大人は子どもの足首をもって後ろ向きに進みます。

レベルアップ

子どもは手を離し、V字をキープ！
さらに腹筋の力とバランス感覚を要します！