



# ガンキッズ



## VOL.1

豊岡市教育委員会  
幼児育成課  
2025年5月2日(金)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

### のびのび遊ぶと「心」と「体」が育つ!

- 元気でたくましい子に...
- 気持ちのコントロールが出来る子に...
- 自分で考えて行動する子に...
- 人と上手に関われる子に...
- 我慢したり、頑張ったりできる子に...

きっと多くの保護者の方がこのような願いを抱き、お子さんの健やかな成長を願っておられると思います。

体を動かす遊びは、丈夫な体だけでなく、脳の発達にも良い影響を与え、豊かな「心」を育むことにも大きな繋がりがあります。

豊岡市では、幼児期に人と関わり、のびのびと体を動かして遊ぶ経験を通して、「心」と「体」が健やかに育まれるよう、運動遊び事業を推進・展開しています。

### 豊岡市の運動遊びの取組

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、基本の力(支持力・跳躍力・懸垂力など)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。)



色々な動物に変身!



友達と力を合わせて挑戦!



鉄棒チャレンジ!

とくに!

#### ●●運動遊びで、大切にしていること●●

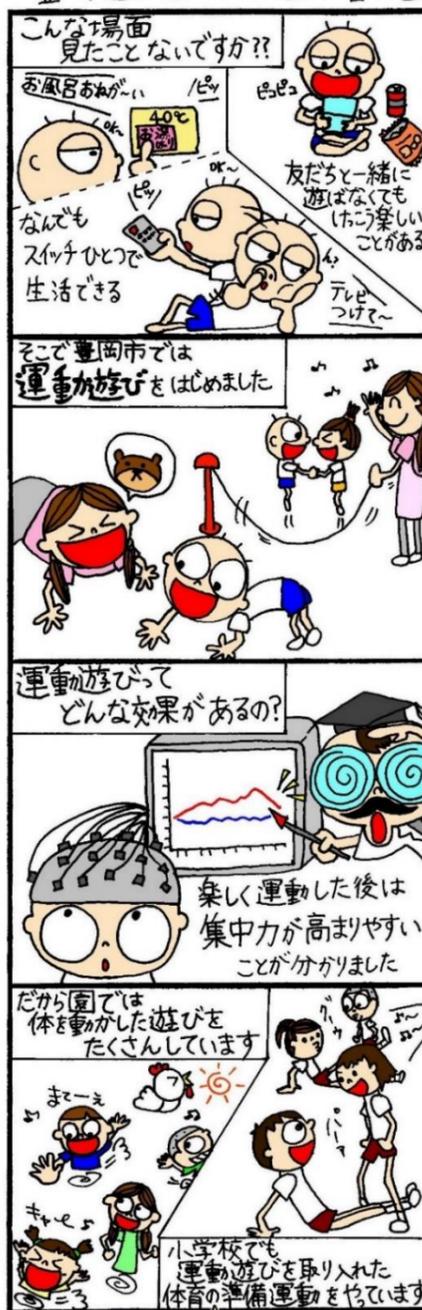
運動遊びでは何より「おもしろそう」「やってみたい」といった、前向きな姿勢や心が動く場面を大切にしています。

子ども達にどう楽しんでもらうか、どうすれば子ども達の笑顔を引き出せるか、ということ意識し、誰もが楽しめる運動遊びを目指していきたいと思ひます。

幼児期に人と触れ合い、楽しく体を動かして遊ぶことは、食事や睡眠と同じように成長に関わる大切な役割があるのじゃ。

運動遊びがあった日は、わが子に「今日どんなことしたの?」とたずね、どんな小さなチャレンジでもたっぷり褒めてあげてほしいのう。家族からの温かな言葉が、何より子どもの自信になるはずじゃ!

#### 「豊岡市運動遊び事業の紹介」の巻



運動と学習をセットにした豊岡モデルも



運動遊びの「じゃじゃ博士」

2025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、山内 夢斗哉(やまうち むつき)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。

すべての子ども達に「体を動かすって楽しい!運動遊び大好き!」と感じてもらえるよう、楽しい運動遊びを展開していきたいと思ひます。

お子様の元気でたくましい成長を願ひ、心を込めて運動遊びに取り組んでまいりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたひます。

### ワクワク・ドキドキ体験が欠かせない!

近年、「疲れやすい」「夜なかなか眠れない」「いつもソワソワ・キョロキョロして落ち着きがない」など、気になる子どもの姿が見られることがあるようです。

このような背景には、スマホやゲームなどの長時間使用による運動不足やコミュニケーション不足が考えられ、発達途中の心身への影響が心配されています。

やる気を出したり、上手く気持ちをコントロールしたりする力を身に付けるには、ワクワク・ドキドキ体験が欠かせません。親子でじゃれ合ったり、くすぐったり、身近な触れ合い遊びこそ、子どもの心身の発達にとって最高の経験になります!

特別なことをする必要は全くありません!大人の気分転換も兼ねて、親子で気軽に体を動かす遊びを楽しんでみてください!



子どものワクワクを引き出す秘訣は、大人の楽しそうな姿を見せることじゃ!忙しい時はぎゅっと3秒抱きしめてあげるだけでも良いのじゃぞ。そんな関わりがきっとわが子の生涯を支える心身の土台になるはずじゃ!



おすすめの触れ合い遊びはコチラ!!

#### ~親子でチャレンジ☆~

##### ロケット発射!

【身に付く力】  
バランス感覚・高所感覚 など

子どもの体をロケットに見立てて「点検」と称し、指で胸やお腹を軽くつつきます。

「エネルギー注入!」と抱きしめたら、子どもの脇を抱え、「3.2.1 発射!」と高く抱き上げましょう。



点検します! ツンツン!



エネルギー注入!



発射! ビューン!

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、運動遊びホームページでご覧いただけます。



こちらをチェック! 運動遊びに関する情報をアップしています!

#### ●おねがい●

運動遊びでは動きやすい服装を!



デニム

動きやすいな!



スカート

髪をくると前が見やすい!

~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、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。

