



どんキッズ

VOL.4



豊岡市教育委員会
幼児育成課
2025年12月発行

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

運動遊びこんなことしたよ！

三回目の運動遊びでは、これまでの動物変身だけでなく、友だちと力を合わせる遊びにも挑戦しました。「一緒にやろう！」「頑張れ！」など、子どもたちの温かなやりとりを聞いて、体の力だけでなく、協調性や思いやりの気持ちが育まれていることを感じました。

運動遊びでは、友だち同士の触れ合いや、お互いの力を感じながら一緒に楽しむことを大切な経験と捉えています。これからも友だちと心が通い合う“遊びの時間”を大切にていきたいと思います。



手をつないでゴールを目指そう！
【豊岡幼稚園】



バナナを落とさないように、「はい、どうぞ！」
【資母認定こども園】



クマさんの体勢で「じゃんけん」や「あっち向いてホイ」に挑戦！
【西保育園】

友だちと触れ合って遊んだり、タイミングを合わせたりする経験は、力のコントロールだけでなく想像力や相手を思いやりの気持ちも育みます。

鉄棒にぶら下がりながら、足でバナナを運ぶといった、同時に様々な体の力を発揮する遊びは、自分の思い通りに体を動かす力を育みます。

手のひらを開いて体を支える遊びは指先の力や感覚を育て、箸や鉛筆を上手く使うことにも役立ちます。

～運動豆知識～

動物になりきって遊ぶと、“言葉の力”も育つ！

動物の動きをまねて遊ぶと、脳の「まねっこ神経(ミラーニューロン)」が活発に働きます。この神経が働くと、言葉機能に関わる脳の部分(プローカ野)が活性化し、考える力や言葉の力を高めることができます。

動物になりきる遊びは、脳と体の発達を促す幼児期に特におすすめの遊びです。ぜひご家庭でも、親子で色々な動物になりきって、楽しく体を動かして遊んでみてください♪

風の冷たさを感じる季節となりました。寒い日も親子で楽しく体を動かして遊ぶと、心も体も温まると思います。ぜひ、晴れた日は戸外で思い切り体を動かした遊びを楽しみ、元気にお過ごしください。
さて、4回目の巡回訪問が始まりました。今回も、子ども達の挑戦意欲を引き出し、思い切り体を動かした遊びを楽しんだり、達成感を味わったりできるような運動遊びを展開していきたいと思います。

山内 夢斗哉(やまうち むつき)・上野 真希(うえの まき)

“転ぶ”はチャンス！

子どもが転びそうになると、つい「危ない！」と手を伸ばしたくなるものです。しかし実は、転びそうになったその瞬間こそ、子どもの体と脳が大きく成長する大切な機会です。

転びそうになった時、体はとっさに手をついたり、足を出したりして自分を守ろうとします。この動きの中で、素早く反応する力・危ないことに気づく力などが育まれています。

～「素早く反応する力」を支える感覚が育つ～

- ・前庭感覚…バランスを感じる力(揺れる・回るなどの感覚)
 - ・固有感覚…手足や体の動きを感じ取る力(力加減、体の位置を知る感覚)
- ▶▶何度も転ぶことで、これらの感覚発達が促され、**体を思い通りに動かす力**が養われる！

～転びそうな瞬間に“脳”が働く！～

転びそうな瞬間に体を立て直そうとすることで、脳の前頭前野(判断・予測・集中などを司る部分)が活性化！
▶▶転ぶ経験を通して「どうしたら倒れないか」「どうしたら痛くないか」など、**考える力**が養われる！

つまり… “転ぶ=失敗”ではなく、発達のチャンス！

転んでも立ち上がる経験は、体の力だけでなく心のたくましさも育てます。たくさん転んで、たくさん立ち上がる。その繰り返しの中にこそ、子どもの大きな成長があるはずです。そばで見守ったり、時には手を貸したりしながら、お子さんの色々な経験を支えてあげてください。



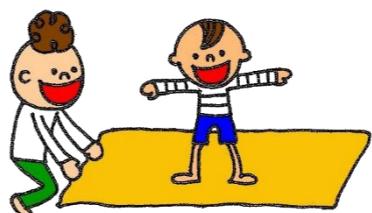
転ぶ=危ないではなく、転ぶ=身を守るための学びなのじゃな。

こんな遊びもおすすめ！！

～親子でチャレンジ☆～

タオルサーフィン

【身につく力】
バランス感覚・脚力・体幹回りの力など



子どもはバスタオルの上に乗り、肩幅に足を開いて立ちます。大人はタオルの端を引っ張りながら、ゆっくり移動します。

倒れず進めるかな！？

引っ張る方向に対して、横向きに乗せることがポイント！
すぐに転んでしまう場合は座らせて行いましょう。



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♪