

運動あそび



のびのびのびキッズ

- 鳥取福祉会独自の**運動カリキュラム**で**0歳児から5歳児**まで一貫した運動あそびを展開します。
- **幼児体育公認指導者の資格を持った運動指導員**が子どもたちの運動をサポートします。
- 「たのしいな! やってみよう! あきらめないで最後まで!」の気持ちを育みながら、体を動かすことが好きな子どもを育成します。

にこにこDAY

(0歳~3歳児クラスの運動指導)

発達段階に応じた運動あそびを楽しむ中で、多様な動作を経験していきます。

のびのびDAY

(4、5歳児クラスの運動指導)

にこにこキッズの経験をもとに、縄跳びや鉄棒、跳び箱など色々な運動あそびにチャレンジしていきます。

こんな効果
があります!

- ・ 意欲的な心の育成
- ・ 丈夫で健康な体
- ・ コミュニケーション力

- ・ 脳の活性化
- ・ 運動スキル

UP!!

楽しみながら
動かせる体も
つくる!



にこにこDAY

ゴムジャンプあそび

ウサギやカンガルーに変身してジャンプを楽しみます。跳び箱等の遊びに使う跳躍力が育ちます。



いろんな運動あそび

鉄棒ぶら下がりあそび

鉄棒をギュッと握りブラ〜ンブラ〜ン! この経験が前廻りや逆上りに繋がっていきます。



トンネルくぐりあそび

色々な種類の長〜いトンネルをワニさんや犬さんに変身してくぐっていきます。いつもと違う空間に子どもたちも大興奮! 這う動作を通して支持力や懸垂力が育ちます。



大型ソフト遊具登り降りあそび

手と足をしっかり使って大きな坂道や階段を登り降りします。



のびのびDAY

長縄あそび

友だちとリズムやタイミングをそろえ、連続ジャンプします。記録に挑戦する中で、力を合わせ最後まで頑張る気持ちが育ちます。鳥取県教育委員会主催の遊びの王様ランキングトリピーカップ保育園・幼稚園の部で平成30年度から連続で優勝しています。



とび箱開脚跳び

跳躍力(ジャンプ)や支持力(腕)が身に付いたら足を思いきり開いて開脚跳び越しにチャレンジします。



逆さ感覚あそび

体が逆さになる感覚を体験します。同時に鉄棒前廻りの手の動きを習得することが出来ます。



山登り〜ジャンプ降りあそび

大きな跳び箱をよじ登り、柔らかいマットに思い切りジャンプ! 子どもたちに人気No.1のあそびです。懸垂力、空間認知力などが育ちます。



なぜ幼児期の運動が大事な?

子どもたちを取り巻く社会環境においても遊ぶ『場所』『時間』『仲間』が減少し、それが体力や運動機能低下の大きな要因の一つとなっています。また、運動機会の減少は子どもたちの意欲や気力の減弱、対人関係の未熟さなど子どもの心の発達にも影響を及ぼすことになりかねません。幼少期に『あそび』を中心とした身体活動を十分に行なうことは

- 1 多様な動きを身につける
- 2 心肺機能向上や骨形成など生涯の健康維持につながる
- 3 何事にも積極的に取り組む意欲が育つ

等の効果が期待できます。また全身運動は脳の運動制御機能や知的機能の発達に有効であることが実証されており、学力や豊かな創造力の育ちにも繋がってきます。

詳しくは
こちらを
チェック!



のびのびキッズ
動画公開



のびのびキッズ
ホームページ

運動あそび
チャレンジ!