

# はっとこどもえん えんだより

## 2020ねん

## 5がつごう



(4歳児)

社会福祉法人 種の会

幼保連携型 認定こども園 はっとこども園

〒657-0855

神戸市灘区摩耶海岸通2丁目3-14

TEL : 078-805-3810

FAX : 078-805-3820

携帯 : 080-3033-1952

Mail : [hat@tanenokai.jp](mailto:hat@tanenokai.jp) URL : <http://www.tanenokai.jp/>

種の会 法人本部Mail : [tanenokai@jupiter.z.socn.ne.jp](mailto:tanenokai@jupiter.z.socn.ne.jp)



★園だよりの作成は4月25日時点のものです。内容が変更になっておりますので、ご了承ください。

★5月の諸費はありません。4、5月分を6月の諸費で徴収します。

★入園お祝い会・懇談会は、6月13日（土）に延期になりました。

★5月の給食は、曜日別の献立となっております。



## 調理室からのお知らせ



コロナの影響により、5月7日からの献立を  
曜日ごとのメニューに変更します。

月曜日  
牛肉のませごはん  
きゅうりとわかめの酢の物  
かぼちゃの味噌汁  
【おやつ】野菜スナック

火曜日  
マーボー丼  
切り干し大根の煮物  
わかめスープ  
【おやつ】ポテトチップ

水曜日  
ごはん  
サケの照り焼き  
小松菜の胡麻和え  
豆腐となめこのみそ汁  
【おやつ】カリボテ

木曜日  
五目うどん  
じゃがいもの煮物  
フルーツ  
【おやつ】野菜ステック

金曜日  
チキンライス  
ブロッコリーの胡麻和え  
豆腐とわかめの澄まし汁  
【おやつ】ねじりん棒

土曜日  
おべんとう  
【おやつ】ポップコーン

2020年5月7日～





前向きに、笑って、チャンスへ！

園長 かたやま 片山

今年の4月は「子ども・保護者・保育者」とも、これまでにない感覚で新年度を迎えられた方が多かったのではないかと思います。8日の緊急事態宣言を受け、全国的に認定こども園・保育園・幼稚園へ通園する子どもたちが減ったという報告を耳にします。

大人たちが毎日メディアからの情報に一喜一憂している様子を子どもたちは全身で感じて子どもたちなりに心配しています。大人たちの不安定な心情は直接的に子どもたちの心に響いてきます。子どもたちがこの間も健全な生活が送れていること、そしてなにより子どもの生活をいつも以上に支えている保護者の皆様の心身が健やかな状態であってほしいと願っています。

新型コロナの真の恐ろしさは、「心理的ストレス」から「不信」「差別」「暴力」といった負の連鎖を引き起こすことだと思えることが増えました。いざ、この生活が長引くと精神がささくれ立っているような感覚を普段の時より感じてしまうことが多いのではないのでしょうか。事実と向き合いながらも、精神の自由は失いたくないものですよね。

【みんなが見えない圧迫感にさらされている毎日。こんな時は子どもに限らず大人もストレスフルになり、自分の感情が分かりにくくなる。イライラや疲れ、不安で余裕がなくなり、ちょっとしたことで感情の爆発が起こったり、鬱になったり。しかしこれらの反応はとても正常な反応です。出て当たり前、健康です。これを押し殺そうとすると、もっと深刻な形で出てしまいます。自分の感情を感知すること、そして鳥観図的に上から眺めてみること。世の中の状況のなかで自分の置かれている立ち位置が分かるといいですね。それは個人の要因によるものではなく、みんなが同じような状態にある、心の水位が下がって、普段は見えないものが露出している状況かも知れません。】

菅野先生という心理学の教授から教えて頂いたことを紹介いたしました。



園で子どもを保育できない期間は「親が守るべき」という発想ではなく、「みんなでどんなことをすればこの期間を健やかに過ごせるだろうか」ということを考えています。

子どもたちが登園してきたときに保育者との距離を近くに感じ、愛着を持っていてほしいなという想いからも動画を配信致しました。今月も配信を予定しています。是非、感想を聴かせてほしいです。またこんな動画がほしい等のリクエストがあれば連絡下さい。これを機に法人内では「タネワングランプリ」と称した賞企画を設けました。視聴される皆さんに喜んでもらえるような動画を、お届けしたい想いからスタートしたのですが、姉妹園間で楽しみあいながら、動画スキル向上にも繋がり、切磋琢磨し、大変盛り上がってきております。

皆さんそうかもしれませんが、この期間、普段よりICT化を推し進めるチャンスになっています。これまで嫌煙されてきたオンラインでの研修や会議に、チャレンジしてみようという気概が強まり実践へと繋がっています。保育にテクノロジーは必要ない！とか、必要かもしれないが苦手だからICT化にブレーキをかけてきた50代・60代の方々も、この状況下で必死に上を向いて進んでいこうとする姿を見る機会となりました。

わたしたち若者もこのような変化をチャンスと捉えて前進したいものです☆

## 園を見つめなおし改めて思うこと

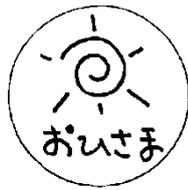
副園長兼主幹保育教諭 <sup>はら</sup>原

自粛による家庭での保育にご協力いただきありがとうございます。いろいろな家庭状況の中、特別保育【規模を縮小した制限付き園運営】に、無理しながらもやりくりをしていただいているご家庭がたくさんあると思います。職員も出勤日を減らす事ができ、今のところ園内発症を防ぐ事もできています。

この期間、園内から子ども達の声が聞こえない事がなんとも不思議な感じであり、笑い声、泣き声、怒る声など、いろいろな声が園内に響いていた事を思い出すと、園という存在が感慨深いです。今までは、ごく当たり前に子ども達が集っていました。そして、自然にいろいろな友達と出会い、多様性を刺激し合える生活をしていることを実感します。例えば、『年齢（クラス）』や『月齢』です。さらに分けると、一人ひとりの『身のこなしの良さ』『造形などの創作活動に長けている』『歌のうまさ』などの特徴。さらに細かく見ていくと『スプーンをうまく扱える』『つかまり立ちから歩くことへの変化』など、乳児の中にも多様性があり、得意苦手や好き嫌いなどによっても、個人の差があります。園には多種多様な子がいて、互いに見て学ぶような事が、自然に行なわれていました。現在では各家庭で過ごすことを強いられる中なので、この自然に集い、刺激し合いながら成長できる環境があるということに、改めて園の存在価値を感じています。

そのような日常が戻ることを信じながら、今できることを考えなくてはなりません。この時期に園でよく行なっている活動で、家庭でも楽しめる内容を紹介します。

公園にお散歩に行くと、行く道中にも面白さがあります。子ども達は、行き交う車や草花に気づき、教えてくれたりします。大人は当たり前のことで、普段何気なく歩いていたところでも、子どもと一緒に歩くと、言葉が増えていたり、感性の豊さを感じたりと成長を感じる場面に出会えます。春のこの時期は、夏野菜を植えるのに良い時期です。ミニトマト・きゅうり・ピーマン・オクラ・ゴーヤなどは比較的育てやすいので、ぜひ家庭菜園にチャレンジしてはいかがでしょうか。他には、クッキングでも年齢に合わせたお手伝いができます。例えば、餃子の皮を使ったピザづくりです。餃子の皮にミニトマトやチーズ、ケチャップ（ピザソース）をのせて、ホットプレートで焼くだけで簡単に作れます。クッキー作りでは、乳児でも生地をラップやジップロックに包む事で、こねるお手伝いもできます。他にも、片栗粉の感触遊びでは、片栗粉に水を混ぜるだけで、力強く握れば固まり、加わる力が弱くなると柔らかくなり液体になる性質があり、変化が面白いです。家庭ではジップロックや袋を活用するのもおすすめです。その他、折り紙やあやとり、ねんど遊びははいかがでしょうか。自分でできる遊びを増やすことは、親の負担（荷重）の軽減にもなります。仕事と育児の新しいバランスの取り方を模索していきながら、子どもの成長を感じられる期間になればと思います。



〇さい 1さい  
おひさまぐみ

ふくやま たけなか  
福山 竹中  
ふじむら やまもと  
藤村 山本

5月



- 【ねらい】 園の生活に慣れて安心して過ごす
- 【領域活動】 0歳児：室内の探索活動・ミニ園庭（外気浴）  
1歳児：クレヨンでなぐり描き・どろんこあそび
- 【わらべうた】 ♪おちょうすおちょうす ♪だるまさん ♪あがりめさがりめ
- 【うた】 ♪ちょうちょ ♪おつかいありさん ♪ありさんのおはなし
- 【食育】 バナナ



## わらべうた



今月のわらべうたの『おちょうす おちょうす』は、「かいぐり かいぐり かいぐりこ」で腕をクルクルさせてみたり、「おつーむ てんてん」で頭をポンポンとしてみたり、歌の歌詞に合わせて子ども達と一緒に身体を動かしていくことができるわらべうたの1つです。

最後の「アワワワアー」で自然と子ども達の笑顔が見られます。繰り返しあそぶことで、歌詞と動きを覚えて楽しむことができるわらべうたなので、ぜひご家庭でもしてみてください。

## おひさまの部屋の紹介

おひさまの部屋は『めばえ』『すくすく』『ぽかぽか』の3つの部屋で分けられています。『めばえ』の部屋は、主に0歳児のお友達がのんびりとあそぶことができる部屋です。ハイハイしたり、ヨチヨチ歩いたり身体を使えるスペースを確保して玩具や棚を配置しています。『すくすく』の部屋は、子ども達がごはんを食べるスペースになっています。この部屋を使ってパズルやプラステンなどの机上のあそびをすることもあります。『ぽかぽか』の部屋は、主に1歳児が使います。ままごとや構成、絵本などのコーナーあそびを楽しむことができる部屋です。

それぞれの部屋で子ども達が安心して過ごし、自分の好きな遊びを見つけていくことができるように関わっていきます。



ぽかぽか



すくすく



めばえ





2さい  
なぎさぐみ

おかの 岡野 おおしま 大嶋 ささい 笹井

5月

- 【テーマ】 お外でたくさん遊ぼう
- 【活動】 クレパス遊び（なぐり描き） シール貼り
- 【わらべうた】 ・こどもとこどもが・そうめんや
- 【うた】 ♪ありさんのおはなし ♪おつかいありさん ♪かわいいかくれんぼ
- 【食育】 春キャベツ



～たくさん遊ぼう～



5月のテーマは、「お外でたくさん遊ぼう」です。4月のテーマは、「五感を使った春探し」でした。5月も引き続き、『さわる・みる・きく・におう・あじわう（たべる）』を意識しながらお外で春の生き物や草花を子ども達と一緒に探し、ジップロックやミニボトルに入れてお部屋に飾っていきます。同時に、子どもが発見した様子を写真に撮り、子どもの言葉を添えた壁面も作っていきます。『たべる』では、4月に予定していた春キャベツを使った食育をします。実際に、触り大きさを実感したり、葉をめくったりちぎったりしたものを給食またはおやつに出してもらい食べるという経験をします。食育の様子を毎月、こども新聞でお知らせしますので、ぜひご覧ください。

また、戸外では体を使う遊びを行ないます。「待て待て～」と追いかけてっこをしたり集団でできるわらべうたをしたり、遊具やボールを使って遊びます。砂場で型抜きをしたり、水を使い泥遊びもしていきます。子どもの興味や一生懸命遊びこむ姿を尊重し、保育者も一緒になって遊ぶ中で、愛着関係や信頼関係を築いていきたいと思ひます。



～かきかき・ぺたぺた～



クレパス遊びでは、模造紙に4人～5人でお絵描きができるようにします。園庭に見立てた模造紙に、好きな色で自由に描き、描いたものに対してこちらから投げかけたり、子ども達が意味づけしたりすることを楽しみたいと思ひます。いろいろな大きさのシールを提供し、花や虫など実際に触れたものに見立てて、繋げていけたらと思ひます。子ども達と一緒になぎさ組だけの園庭を作っていきます。



なかたに ひらぐり  
中谷・平栗



- 【テーマ】 季節の行事を楽しみながら春を感じよう
- 【絵画・造形】 絵の具〜こいのぼりをつくろう〜
- 【うた】 ♪バスごっこ ♪さんぽ ♪こいのぼり
- 【ふれあい遊び】 リトミック・人数集め
- 【園外保育】 散歩(近隣の公園)
- 【食育】 春野菜の食育(キャベツ、玉ねぎ)・クッキング
- 【栽培】 夏野菜の苗植え(オクラ、ミニトマト、ピーマン)

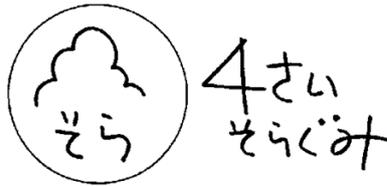


## 今月の活動予定

今月のテーマは「季節の行事を楽しみながら春を感じよう」です。5月ということで、こいのぼりを使って様々な活動をしていきます。園庭に出てこいのぼりを見たり、実際に触れたりこいのぼりの中に入ってみたいすることで、こいのぼりのイメージを膨らませていきます。絵画・造形では、絵の具を使って感触遊びを楽しみ、それを大きなこいのぼり製作に繋げていきます。サークルタイムでも「こいのぼり」の歌の意味を考えながら、みんなで楽しく歌います。また、4月のテーマ「お花や虫をたくさん見つけて春探しをしよう」も引き続き取り組んでいきます。天気の良い日は園庭でたくさん遊んだり、近隣の公園へ散歩に行ったりして春探しをします。子ども達と一緒にお花の色に着目し、色水遊びにも挑戦していけたらと思います。

食育では春野菜を使って、触ってみたりお話を聞いたりします。簡単なクッキングにも取り組み、食べ物を通して季節を感じていきます。にじ組みんなでいろいろな経験をし、子ども達の思いをていねいに受け止めていきたいです。



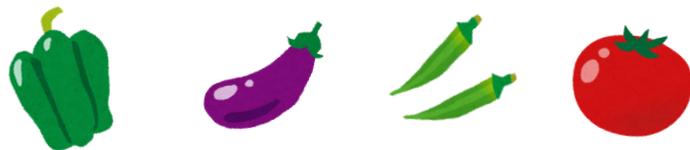


いすみ ぶくおが  
和泉・福岡

- 【テーマ】 「こどもの日」
- 【絵画、制作】 オリジナルこいのぼり
- 【折り紙】 こいのぼり
- 【うた・リズム】 ♪こいのぼり ♪めだかのがっこう
- ♪いぬのおまわりさん ♪アルプスイちまんじゃく  
カスターネットのリズム打ち
- 【ふれあい遊び】 いすを使ったふれあい遊び・アルプスイちまんじゃく
- 【栽培】 夏野菜、さつまいも

### 【絵画、制作】 オリジナルこいのぼり

5月5日のこどもの日にちなみ、みんなでオリジナルこいのぼりを作ろうと思います。自分の好きな色の画用紙を選んで、こいのぼりの形に切ります。そこに折り紙・フェルト・カラーセロファンなどの素材を、好きな大きさにちぎったり、切ったりして鱗に見立てて貼り付けます。素材ごとの違いに気付きのり付けも丁寧にしていきます。出来上がった自分だけのこいのぼりを手に持ち、青空の下でおもいっきり走って泳がせたいと思います。



### 【栽培】 夏野菜、さつまいも

夏と秋の収穫に向けて、夏野菜の植え付けと、さつまいもの苗植えをします。夏野菜はトマト・なす・オクラ・ピーマンの中から選んで植え付けます。夏野菜もさつまいもも、収穫まで、子ども達が水やりや、雑草抜きなどをして育てます。自分で育てる中で、野菜ごとの成長の仕方や、成長する過程で見られる葉や花の違いに気づき、興味関心を持ち、世話をする喜びを感じられるようにしていきたいです。

また、子ども達がお世話をしている様子や野菜の成長をお知らせしていきます。



5さい  
かもめくみ



おね  
澤根



【テーマ】 虫を見つけて、観察しよう！



【絵画・造形】 自分だけの素敵なお家を作ろう！



【うた】 ♪さんぽ ♪ありさんのおはなし ♪おひさまになりたい



【ピアノ・楽器】 ピアノで音あそび・いろいろな楽器あそび

【ゲーム遊び】 ～猛獣狩りで人数集め・影ふみあそび～

【園外保育】 近隣の公園で虫探し

【食育】 春野菜のクリームスープ

【農育】 ひまわり・夏野菜を植える

### ～はっとこども園で虫探し～

はっとこども園の園庭には、春になるとたくさんの虫がでできます。かもめ組の子ども達も、生き物が大好きです。サークルタイムで虫に関する絵本を読んだり、歌を歌ったりして園庭に虫探しに行きたいと思います。「どんなところに隠れているのかな？」「どんなところが虫は好きなのかな」と石の裏、花壇の近くを一緒に探し、虫に興味のない子も楽しめるように虫ビンゴを作り、遊びながら虫の特徴も知ることができるようにします。また、「どんな種類の虫がいるのかな？」と投げかけて、よく知っている虫はもちろん、見たこともない新しい虫との出会いに期待して、ドキドキわくわくと心を動かせたいと思います。また、見つけた虫を虫メガネでじっくりと観察して見てみたり、図鑑や iPad で特徴を学んだりしようと思います。その後、写真やイラストを描いて、かもめ組オリジナルの虫図鑑を作りたいと考えています。これからさらに虫についてたくさんの発見や学びを見つけてくれることでしょう。

### ～ほくたち、わたしたちのお家～

虫たちにも巣があるように、私たちにもお家があります。そこで、「こんな家あったらいいなあ」と思える素敵なお家づくりをします。「100かいだてのいえ」シリーズの絵本は、100かいだてのいえには100通りユーモアのあるお部屋がたくさんあります。子ども達に絵本を紹介したあとに、「みんなだったらどんなお家に住んでみたい？」と投げかけ、油性ペンで細かく描いて、絵の具で色を付けていきます。無限の想像力を活かして個性豊かな、可愛いく面白く、カッコいい素敵なお家を作りたいと思います。完成した作品は発表してもらい、みんなでイメージを共有したいと思います。

# フリーのせいせい

やまおか  
山岡

子ども達の成長に「絵本」が大きな役割を果たします。絵本は「親子でコミュニケーションがとれる」「感情を豊かにする」「想像力を育てる」などと言われています。今年度、はっことども園では100冊以上の本を購入しました。ぜひ、子ども達との楽しい時間、大切な時間を作っていただけたらうれしく思います。

さて、今回は、おすすめ絵本をご紹介します。参考にしてみてください。



「おひさま あはは」 作：前川かずお 出版社：こぐま社

黄色いカラーと、大きな口で笑うおひさまの表紙が印象的な一冊。大きな木や、小鳥、お花などの登場人物がイキイキと笑っていて、読んでいっただけでこちらも元気になってくるようです。繰り返される「あはは」のリズムも心地よく、親子で笑顔になれる絵本です。



「はらぺこ あおむし」 作：エリック・カール 出版社：偕成社

0歳児から読める絵本の定番は、世界60以上の言語で出版されているベストセラー作品です。日曜日の朝に生まれたあおむしが1週間かけてさまざまな食べ物を食べ、最後には美しい蝶になる話で、エリック・カールならではの鮮やかな色彩に目を奪われます。話は理解できなくても、穴の開いた仕掛けには、指を入れたり、覗いたり…。こうして絵本に親しむきっかけにもなっています。



「わたしのワンピース」 作：西巻茅子 出版社：こぐま社

目が覚めるような色づかいと、ふんわりとしてリズムカルな言葉が、あっという間に子どもの心をとらえます。お花畑を通れば真っ白なワンピースが花模様へ、雨が降ってくれば水玉模様。そして、小鳥模様のワンピースは、空を飛んでしまいます。最後は、どんな模様のワンピースになるのでしょうか。

5月から、絵本の貸し出しを始めたいと思います。そこで“絵本の貸し出しについての詳細をお知らせします。POPも掲示していますので、ご確認をお願いします。「①毎日貸し出しを行ないます②1回に借りることができるのは1冊です。絵本袋に入れてお持ち帰りください。③貸し出し時間は15時～19時になります④返却の絵本はデッキのボックスに入れてください⑤破れたり、傷んだりした場合は、職員にお知らせください。状態によっては弁償していただく場合もあります⑥ご家庭で絵本を見るときは、お子さんと一緒に見てください。」です。2階芝生にありますので、ぜひお子さんと一緒に選んで借りて帰ってくださいね。

# お台所の先生から



こんどう いわさち  
近藤 岩瀬

新型コロナウイルスの影響により、大半の時間をご自宅で過ごされていることと思います。緊急事態宣言による、休校・休園で給食を食べない子ども達の野菜不足やカルシウム不足が懸念されており、全国でも給食用の牛乳や乳製品の消費量の激減が問題視されています。過去の厚生労働省の研究では、全国の小中学生の食事を調べたところ、1日分のカルシウムの摂取量が足りてない人の割合が、給食がある日は約30%、無い日では約70%という結果が出ています。お家ではお菓子を食べてしまい、脂質の摂取量が多くなりがちかと思いますが、野菜や海藻からビタミンなどミネラル類を摂取し、ウイルスに負けないよう免疫力を保つ事を心掛けて下さい。

今回はお子さんと楽しくお家の時間を過ごしなが、栄養が取れるように、カルシウムを多く含む食材と子どもと作れるクッキングレシピをご紹介します。

## 【カルシウムを含む食材】

牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルト・スキムミルク等)・骨まで食べれる小魚(しらす、イワシ等)・干しエビ・木綿豆腐・ひじき・小松菜・切り干し大根・チンゲンサイ etc..

## ●豆腐パンケーキ ~ヨーグルトソース添え~

- ・ホットケーキミックス…100g
- ・木綿豆腐…100g
- ・スキムミルク…30g
- ・ヨーグルト…70g
- ・砂糖…20g

## 【ヨーグルトソース】

- ・水切りヨーグルト…80g
- ・はちみつ…大さじ 2 (ポツリヌス菌が含まれているので、1歳未満児はお砂糖に替える)
- ・フルーツ…適量

## 《作り方》

- ① 豆腐をフードミキサーにかける(無かったら泡立て器で混ぜる)。その豆腐とホットケーキミックス、スキムミルク、ヨーグルト、砂糖をボウルで混ぜる。
- ② ①をフライパンで焼く。表面がポツポツしてきて、片面に焼き色が付いたらひっくり返す。
- ③ ザルの上にキッチンペーパーをかけて、その上でヨーグルトの水を切る(約半日)。ヨーグルトからでた水(ホエー)は栄養満点なので、パンケーキに入れてもOK！そこにはちみつを混ぜて、ソースは完成。
- ④ パンケーキをお皿に乗せて、ヨーグルトソースとフルーツで飾り付けをして、完成！



# ほけんだより



看護師

ならき  
櫛木

長期にわたる新型コロナウイルスとの闘いが続く中、皆様体調にお変わりございませんか？  
誰が感染してもおかしくない状況の中、様々な工夫と智恵で乗り越えておられるとこと思いま  
す。私たちは元々免疫力を持っています。日常生活の中で、又、食生活で更なる免疫力を高め  
てまいりましょう。



人間の免疫は2つに分けることができます。

- ① **自然免疫** (NK細胞、マクロファージなど) : 24時間体制で働いている。

ウイルスや癌を見つけたらすぐに退治する。負けそうになると獲得免疫に出動  
を要請する。→例えば24時間体制でパトロールするおまわりさん。

- ② **獲得免疫** (T細胞、B細胞など) : 感染や予防接種で得られる。免疫が働く時は発熱が起こ  
る。

自然免疫では対応できない時に働く。→例えるならピンチに戦う軍隊。

免疫力が高いと言う事は自然免疫の働きが良いということです。

## 〈免疫力を上げる生活習慣〉

- ① 朝起きて、夜寝るという規則正しい生活。
- ② 身体を温める入浴：お湯は40℃～41℃のぬるま湯に10分～20分ゆっくりつかる。  
(体温36.5℃以上でNK細胞は活発に働きます)
- ③ 笑うこと：時には「良い人」をやめ、気の合う友人と愚痴を言い合える、話を聞いてもらえ  
る仲間、家族など人間関係を大切にしていきましょう。
- ④ 自分の年齢、体力に応じて運動しましょう。(有酸素運動) 一生懸命になりすぎない。毎日  
続けることが大事。

## 〈免疫力を上げる食生活〉

- ① バランスよくいろいろな物を食べる。
- ② R-1乳酸菌ヨーグルト：免疫細胞の70%は腸に集まってきます。腸内環境が良いと、腸  
からセロトニンというホルモンが分泌されます。このセロトニンは別名「幸せホルモン」  
と呼ばれ、気持ちが安定し、ストレスに強くなります。
- ③ 納豆：たんぱく質が豊富で、抗菌作用にも優れています。血液サラサラ効果もあります。
- ④ きのこと：食物繊維が豊富で、腸内環境を整えます。
- ⑤ 発酵食品や身体を温めるしょうがなどの食品をとりましょう。



# ウエルネス 体育遊び

ウエルネス なんば 難波

コロナウイルス感染拡大防止のため、3月度、4月度と体育遊びをお休みしていましたが、自粛要請が解除されたのち、体育遊びを実施いたします。なお、4月に取り組み予定の体育遊びを行ないます。

## 《5月の取り組みとねらい》

### サーキット運動



#### ○3 歳児クラス

##### ○ 型サーキット

- ・コースを理解して、道具を順番に進むことを覚える。
- ・サーキット運動に興味・関心を持っていろいろな遊具にふれあいながら体を動かす楽しさを味わう。

#### ○4 歳児クラス

##### U 型サーキット

- ・サーキット運動に対する前向きな気持ちや生理的な運動欲求に応えるために、運動量を確保し、心身の安定を図る。
- ・「走る」「跳ぶ」など基本動作に負荷を加え、ひとつひとつの動作を確かなものにする。
- ・複合動作①の経験（～しながら～する。という2つの動作を同時に行う。）

#### ○5 歳児クラス

##### U 型サーキット

- ・動きの確かさ（素早さ、リズム、バランス、連続性など）を図る。
- ・新しい動きを提供し、創造性や愉悦性などの魅力を伝える。
- ・複合動作②の経験（～から～して～する。という3つの動作を同時に行なう。）

### ポイント指導

#### ○3 歳児クラス

- ・マット「でんぐりがえり」⇒回る感覚を養う。
- ・鉄棒「ぶらさがり足タッチ」⇒ぶらさがりながら、鉄棒に足をタッチする。

#### ○4 歳児クラス

- ・跳び箱「台上から開脚乗り」⇒両足揃えてジャンプを行ないながら開脚でのる。
- ・鉄棒「前回り降り」⇒身体を丸くしながら前に回る。手首を回して回る。

#### ○5 歳児クラス

- ・跳び箱「開脚とび」⇒ふみきりを両足そろえてふみきる。
- ・鉄棒「坂付き逆上がり」⇒腕をひきつけて、けり上げを行なう。