運動活動と発達

子どもたちが日々行っている運動について紹介します。
園にある遊具を使い、様々な運動を行っています。子どもたちは失敗しても繰り返し挑んでいき、無我夢中になって取り組んでいる姿が見られます。

活動の中で様々な技能を学び、様々な危険を経験していくことで、より幅広い安全に対する知能と技能が身に付いていき、より大きな危険に対する対応能力ができていきます。

マット運動

マットでの回り方を身につけていくことで、不意に転んでしまった際に咄嗟に手をついて受け身がとれるようになります。

鉄棒

小さい頃に高さの違う鉄棒を次々に掴んで、ぶら下がって、くぐる動作を繰り返し楽しむことで、目と手の協応動作が巧みになり、視機能も向上します。また、安全能力が高まり、顔の怪我もしにくくなります。

雲梯

様々な握り方でぶら下がりを経験していると、体の振り方や自重を体感し、力みのとれた身のこなしができるようになります。

ポイント

大人は、“まだ難しいから”“危ないから”と勝手な判断で遮ってしまわず、子どもが上達していけるように見守り、援助していくことが大切です。