



すみれだより 10月号



10月の保育目標

【秋の自然に触れ、季節の訪れを知る、感じる】

【戸外で様々な身体を動かして遊ぶ】

【手洗い、うがい等身の回りの事を丁寧に行う】



ありがとうございました！

先日は懇談会にご参加頂きありがとうございました。動画を通して少しは子ども達の日頃の様子を感じて頂くことができたかと思えます。また、ご家庭での子ども達の食事や睡眠の様子等を聞くことができ、とても有意義な時間を過ごす事ができました。懇談会でもお知らせしましたが、今後個人面談を行う予定でいますので、そこでもまた色々とお話を聞かせて下さい。また、実際に子ども達の様子を見たい！という方は、随時保育参加を行っていますので、ご希望の方は担任までお願い致します。



外遊びの姿から

過ごしやすい気候になってきたこともあり、公園で遊ぶ事が多くなりました。10月の保育目標の中にも「戸外で様々な身体を動かして遊ぶ」がありますが、身体づくりは年間を通して、さらには保育園を卒園するまでとても大事なものです。

身体づくり、というどうしてもスイミングや体操教室等の習い事を連想しがちですが、乳幼児期に一番大事なのは戸外で遊ぶことです。

先日モーツ家公園でドングリ拾いをしましたが、ドングリを拾いながら坂道、階段を上り下りしたり、公園にある大きな岩に登ったり、跳び下りたり等の粗大運動、また、ドングリをつまむ、穴を掘る、落ち葉を掻きわける等手先を使う微細運動とドングリ拾い一つとっても自然と身体の様々な部分を動かして遊んでいることが分かります。

乳幼児期から戸外(室内でも)で身体を動かして好きなこと、興味あることを夢中になって(これが大事)遊ぶことで自然と運動量が増え、様々な動きを習得していくことで、学童期には運動能力も上がり、体力もついていきます。

また近年言われている運動不足からくる子どもの便秘や生活習慣病の増加、ストレスに対する抵抗力の低下等も身体を使った遊びにより解消されるとも言われています。

これから気候のいい時期を迎えます。是非ご家庭でも公園等で外遊びを楽しんでみてはいかがでしょうか。

また、保育園では身体づくり、運動遊びをみんなで楽しもう！という主旨で「親子で遊ぼう day」を13日(土)に開催致しますので、そちらも是非ご参加下さい。

