

わらしこだより6月

毎日の体づくりが、運動会につながっています

6月に入り、雨の日や蒸し暑い日が少しずつ増えてきましたね。新年度から2か月が過ぎ、登園準備や生活リズムづくり、体調管理など、ご家庭でも少しずつ習慣になってきたことと思います。これは、保護者の皆さまが毎日積み重ねてくださっている努力の賜物です。ありがとうございます。4月からお伝えしてきた「早起き・朝ごはん・9時までの登園」も、子どもたちの心と身体を支える大切な土台になっています。

わらしこ保育園では、毎朝のあいうべ体操やラジオ体操、マラソン、散歩、外遊びなど、身体を動かす時間を大切にしています。これは運動会のためだけの取り組みではありません。走る、歩く、止まる、待つ、友だちを見る、先生の声を聞く、どう動くかを考えて行動する。こうした経験が、丈夫な身体づくりだけでなく、意欲や集中力、人と一緒に動く力にもつながっています。

もうすぐ運動会です。当日は、上手にできたかだけでなく、「こんな表情をするようになったんだ」「友だちに合わせて動けるようになったんだ」と、日々の積み重ねの中で育ってきた姿を見つけていただけたら嬉しく思います。梅雨時期は疲れも出やすい季節です。ご家庭でも、睡眠・朝ごはん・水分補給を大切にしながら、無理なく整えていきましょう。



バトンに見える、育ちのつながり

今年の運動会では、年中・年長児のリレーが復活します。6月のリレーは難易度が高かったということもあり、競技から長らく外れていました。練習を見ていると、年中さんには、バトンを渡すことも、チームで走ることも、勝ち負けを感じることも、まだ育ちの途中だなと感じます。自分が走って満足し、バトンを渡し忘れる。自分が渡す相手を探してきょろきょろ。それを見て年長さんはハラハラ。とても可愛く感じます。

それでも、友だちが手を伸ばしたり、年長さんの姿を見たりする中で、少しずつ「つなぐ」ことの意味が分かっていきます。年長さんは、走る姿だけでなく、待つ姿や応援する声に園の一番年長者として引っ張ろうとする気持ちが見えてきます。



小さいクラスの子どもたちも、手を振ったり、ダンスをまねっこしたりしています。運動会は当日だけでなく、こうした日々の練習風景の中で育ちがつながっています。当日は、我が子の姿と一緒に、少し上の学年、少し下の学年にも目を向けてみてください。そこに、これまでの育ちと、これからの育ちが見えてくると思います。



幼児トイレが生まれ変わりました

35年間、60人定員の頃から頑張ってきた幼児トイレの改修工事が無事終了！子どもの人数や動線に合わせ、使いやすさや衛生面も改善しています。新しくなったトイレにも、末長く子どもたちの毎日に寄り添ってもらいます(笑)

まずは、思い通りに動ける身体づくりから

優しい子、集中できる子、賢い子に育ててほしい。親としての願いはたくさんあります。その土台が、「自分の身体を思った通りに動かせる力」です。たとえば、片足で10秒立てますか？5歳以上だと多くの子ができるでしょう。目をつぶると、急に難しくなるかもしれません。これは、揺れや回転を感じ、身体のバランスをとる「前庭覚」という感覚が関係しています。前庭覚が育つと、姿勢を保つ、座って話を聞く、転ばずに動く力にもつながります。特別な運動でなくても大丈夫です。高い高い、こちょこちょ、布団でゴロゴロ、親子で追いかけっこ。そんな遊びが、子どもの身体と脳を育てる大切な時間になります。

