

1月 ピッコロだより



【1月の活動】～ お正月遊び / 気持ちを表現する ～

月	火	水	木	金	土
※12月29日(水)～1月3日(月)は冬期休暇となります。 <small>とうきぎゆうか</small>					1 やす 休み <small>とうきぎゆうか</small> (冬期休暇)
3 やす 休み <small>とうきぎゆうか</small> (冬期休暇)	4 しょうがつあそ お正月遊びを しょう	5 しょうがつあそ お正月遊びを しょう	6 しょうがつあそ お正月遊びを しょう	7 しょうがつあそ お正月遊びを しょう	8 しょうがつあそ お正月遊びを しょう
10 やす 休み <small>せいじん ひ</small> (成人の日)	11 うんどう 運動	12 うんどう 運動	13 うんどう 運動	14 うんどう 運動	15 うんどう 運動
17 うんどう 運動	18 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)	19 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)	20 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)	21 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)	22 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)
24 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (インタビュー)	25 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)	26 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)	27 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)	28 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)	29 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)
31 きも 気持ちを ひょうげん 表現しよう (気持ちツリー)	※中学生の活動について ・1/8(土)～お正月遊び、3学期の目標 ・1/22(土)～理想の自分について考えよう		 		

※公認心理師、理学療法士、言語聴覚士の来所日については、下記になります。

公認心理師(松本):4日(火)、14日(金)、19日(水)、24日(月)

言語聴覚士(永山):6日(木)、7日(金)、8日(土)、12日(水)、13日(木)、17日(月)、18日(火)、25日(火)、29日(土)、31日(月)

理学療法士(樋口):5日(水)、11日(火)、22日(土)、27日(木)

(今月の主な活動) お正月遊び / 気持ちを表現する

ねらい:友だちと一緒にルールを考えながらお正月のあそびを楽しむ/自分の気持ちを適切な方法で表現する

☆友だちと話し合ってルールを決めてみながさまざまなお正月遊びを楽しみます。

<お正月遊びをしよう>

☆さまざまな気持ち(楽しい、イライラ等)を感じる状況について考え、友だちと発表し合いながら自分の気持ちを落ち着いて伝えたり、自分の気持ちを理解してもらったりする経験を積みます。

<気持ちを表現しよう>

【12月の振り返り】

<自分のことを知ろう>

・友だちと互いに相手の良いところを見つけて伝えることで、他人から見た自分の良いところを知ることができました。また、友だちから褒められることで自信に繋がりました。

<相手のことを知ろう>

・互いにインタビューをしながら、相手についてたくさん知ることができました。また、気になったことは相手に質問することで、より詳しく相手について知ることができました。

<共通点を見つけよう>

・好きなものを書き出して互いに見せ合いながら、共通点を探しました。共通点、違う点も含めて、相手のことを認める、自分のことを認めてもらうことの嬉しさや、大切さを知ることができました。

★お知らせとお願い★

- ・提出書類につきましては、保護者の方より職員へ直接お渡しください。
- ・登園時間は、平日 16 時 20 分まで、土曜日(午前)10 時 20 分まで、(午後)13 時 50 分までにお願いします。
- ・お迎えは、平日 17 時 20 分～18 時の間、土曜日(午前)11 時 50 分～12 時 10 分の間、(午後)15 時 20 分～15 時 40 分の間でお願い致します。また、お迎えの際は引き続き 20 分前に番号札を準備しますので、来所された順に取ってお待ちいただき、引継ぎ開始時間になりましたらインターホンにてお知らせください。

【キャンセル待ちについて】

- ・キャンセル待ちの受け入れの連絡は、平日は当日の午前中まで、土曜日は前日までにトリアより連絡をさせていただきます。連絡がない場合は受け入れが難しい為、ご了承ください。

【欠席連絡について】

- ・平日は 16 時以降、土曜日(午前)当日 9 時 30 分以降、(午後)13 時以降の欠席連絡となりますと、おやつ代(¥60/日)をご負担頂きますので、ご了承ください。また、職員不在の際は、留守番電話にメッセージを残しておいてください。



～子どもの頃に経験したいからだの動きについて～



こんにちは。理学療法士の樋口です。寒さが続く中ですが、皆さんはいかがお過ごしでしょうか。

さて今回は、“子どもの頃に経験しておきたいからだの動き”についてお話ししたいと思います。子どもたちの動きを観察すると、大人に比べて「実にさまざまな動きをしているなあ」と感心します。幼児期は運動の機能が発達していく時期ですので、子どもたちはあらゆる遊びや日常生活場面から豊富な運動刺激を得ています。運動の機能が発達すると、自分のからだを思い通りに動かせるようになるだけでなく、力加減を覚えたり、転んだ時などにとっさに身を守る動きができたり、スポーツに活かせるようにもなっていきます。また、さまざまな動きを経験することで心臓や肺の機能、骨などを丈夫にすることにも役立ち、健康を維持し、何事にも積極的に取り組む意欲を育むことも期待できます。

幼児期に経験しておきたい具体的なからだの動きには「立つ・座る・回る・渡る・ぶら下がる」などのゆっくりした動きや、「走る・はねる・跳ぶ・避ける・滑る」などの少し速い動き、「持つ・運ぶ・投げる・捕る・転がす・蹴る・積む・掘る・押す・引く・こぐ」といった道具を扱う動きなどがあります(文部科学省のガイドライン参照)。これらは日々の遊びの中で経験でき、例えば「鬼ごっこ」には、「走る・跳ねる・避ける・立つ・回る」などの動きが含まれますし、「砂場遊び」でスコップを持って山を作る時には、「掘る・持つ・運ぶ・積む・座る」などの動き、公園での遊具遊びも「滑り台」では「握る・立つ・座る・滑る」、「ブランコ」では「握る・引く・蹴る・止める」などの動きが経験できます。就学後にはこれらの動きをより複雑に組み合わせたスポーツ(サッカーや水泳など)、縄跳びやダンスなどのリズムを取り入れた動きにも挑戦できるようになり、幼児期で経験した動きが洗練されていきます。幼児期に始めた鬼ごっこ、ダルマさんが転んだ、ブランコ、すべり台などもまだまだ楽しめますし、砂場遊びは畑や花壇の手入れなどに置き換えられそうです。それぞれの子どもが楽しめる動きを見つけてご家族の皆さんも一緒に楽しんではいかがでしょうか。

あさひが丘の各事業所では、これらさまざまなからだの動きが経験できるような、運動遊びや選択あそびの工夫を行っています。子ども達がからだを動かすことの楽しさを知り、健康、意欲、集中力なども育てていけるよう働きかけていきたいと思っています。



理学療法士 樋口 聖士

