



のびのびキッズ通信



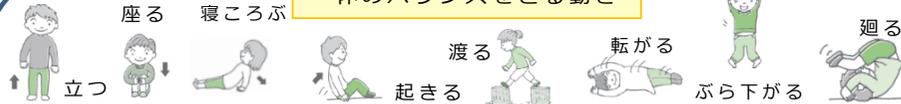
令和5年 春号
社会福祉法人 鳥取福祉会 保育部
のびのびキッズ 発行

令和5年度がスタートしました。保護者の皆様におかれましては益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。鳥取福祉会では0才～すべての園児を対象に運動遊び『のびのびキッズ』を展開しています。のびのびキッズは朝の体操やマラソンなどそれぞれの園の保育士と日々体を動かす「のびのびタイム」と運動指導員が定期的に巡回して運動指導を行う「のびのびDAY(4, 5才児対象)」「にこにこDAY(0～3才児対象)」で構成されています。活動を通じて運動スキルだけでなく「体を動かすって楽しい!」と感じられるマインドや「やってみよう! あきらめないで最後まで」といった意欲・粘り強さ、協調性やコミュニケーション力を育てていければ…と考えています。この紙面で子どもたちがどのような遊びを行っているか、運動遊びにまつわる情報などをお伝えしていきます。どうぞよろしくお願い致します。

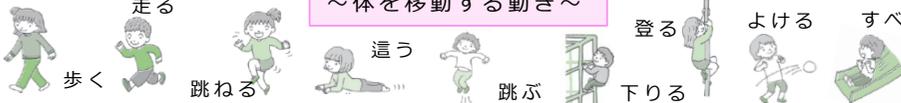
ご存じですか? 「幼児期に経験させたい36の動作」



～体のバランスをとる動き



～体を移動する動き～



～用具などを操作する動き



※その他「つかむ」「うつ」「ささえる」「ふる」「さかだちする」「(みずに) うく」「およぐ」などがあります。

親世代の皆さんは子ども期に外遊びなどでこうした動作を知らず知らずに体験してきました。現代社会においてこれらの動作は意識的に取り組まなければ体験できない社会環境になっているといわれ、子どもたちの運動能力低下の一要因といわれています。

幼児期は運動機能が急速に発達し、多様な動きを身に付けやすい時期じゃ。この時期に多様な運動刺激を与えることで体内の様々な神経回路が発達し、タイミングの良い動きや力加減のコントロールなど運動を調整する能力が高まるんじゃよ。

いろいろな動作を経験しよう!

よろしく
お願いします

運動指導員紹介

①血液型 ②趣味 ③好きな食べ物 ④子どもたちに一言!

上萬貴志 ①O型 ②サッカー(観戦&プレー)
(じょうまんたかし) ③豚キムチ、チーズケーキ
主幹運動指導員 ④よくたべよくねてよくあそぼう



坂梨さくら ①O型 ②ランニング、ピアノ
(さかなしさくら) ③ぎょうざ、フランスパン
運動指導員 ④げんきいっぱいあそぼう!

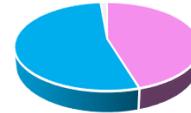
のびのびキッズに関するアンケート

昨年度末、対象年齢に応じた様式を全家庭に配布・回収しました。

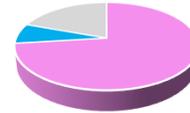


～お子様に関して～

Q: お子様は園での運動遊びの様子を教えてください。(にこにこは2,3才のみ)



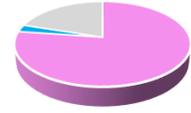
にこにこDAY



のびのびDAY

Q: のびのびキッズを始めてから家庭でも運動遊具(縄跳び、ボール、公園の鉄棒等)に触れる機会が多くなったように思う。

(グラフの見方)
■ はい
■ いいえ
■ どちらともいえない



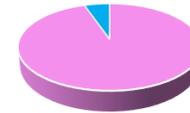
のびのびDAY

～保護者ご自身に関して～

Q: のびのびキッズの取り組み内容を知っておられますか。



にこにこDAY

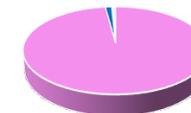


のびのびDAY

Q: のびのびキッズの取り組み内容に満足されていますか。



にこにこDAY



のびのびDAY

～アンケート結果より～ のびのびキッズの活動に対し概ね満足していると答えられた方が多くを占めました。自由記載欄では「身のこなしが良くなったように思う」「(活動のあった日には) 良く食良く寝る」など子どもの姿の記述が多数あった他「(のびのびキッズを経験して卒園した) 兄姉が小学校の体育で自信を持っている」という嬉しい回答もありました。特ににこにこDAYにおいて「実施内容を詳しく知りたい」の声が多くありました。園HPや玄関で写真・映像掲示をより充実したいと考えています。御協力有難うございました。

※回収率: にこにこDAY(0～3才)・・・65% のびのびDAY(4, 5才)対象・・・71%



のびのびコラム

健やかな成長のカギは・・・「毎日合計60分以上」



みなさんのご家庭ではTVや動画視聴またはゲームをしている時間と、体を動かして遊んでいる時間、どちらの方が多でしょうか? 『幼児期運動指針』※1において「散歩やお手伝いなどを含む身体活動を毎日合計60分以上行なうことが大切」と提唱しています。日頃忙しい皆さんには難しい数字に思われがちですが、家庭での生活リズムを見直したり、週末の過ごし方を工夫することで確保することが可能になるかもしれません。例えば・・・布団を敷いたときに子どもとゴロゴロ転がり遊びやでんぐり返しをする、またお風呂上りに親子でストレッチ→背中を押ししたり手で持ったりなどおしゃべりしながらスキンシップを楽しむのもよいでしょう。お料理をこぼさないようテーブルに運ぶ、買い物の荷物を持つ等のお手伝いも立派なエクササイズとなります。



また、新聞に掲載されているスポーツ大会や選手の切り抜きを集める、保護者が子どもの頃のクラブ活動や取り組んだスポーツの話をかせる等、子どもが体を動かしたくなるような雰囲気づくりから始めてもよいかもしれません。このような取り組みを家族みんなで行なうことで、子どもの「運動意欲」や「有能感」を伸ばし、健やかな成長に繋がることが期待できます。 ※1・・・平成24年に文部科学省が策定 文: 主幹運動指導員 上萬貴志