

お預かり体操教室 ～Challenger～

この日はペアでストレッチを行いました。一人で行っていたストレッチもお友達と行うと意識することや形を直されたり、効果増大!? 「膝は曲げちゃダメ」 あちこちで小さな先生がスパルタ指導。みんなの方が先生よりも先生出来ているかも!





僕もあれくらい柔らかくなれるかな。



自分が相手に声をかけることでより自分自身が意識することが出来たり、
友達のやり方を細かく見る機会になったり、お互いにいいことばかり！
側転や倒立の練習でもペアやグループで行い、どうすればよりよく出来るか
子ども同士で考え会話する機会を作り行っています。

先月に引き続き逆立ちの練習も継続中！一人で逆さまになることは出来ない子も先生のお手伝いがあれば少しだけ止まることが出来る子も増えてきました。

「自分で足上げるから押さえて！」や「逆さまになったら手を放して！」など子ども達は自分たちなりに出来ることを自分の力で頑張りたい！そんな気持ちが伝わってきます。



全身に力を入れて！グッ！

女の子も身体を逆さまにして足を動かしてバランスをとることが出来るようになってきました。日進月歩・継続は力なり、子どもたちの成長がそれを体現しています！



何回シャツを入れても逆さまになるとみんなおへそがキラリ！

見て下さい！前回よりも身体がまっすぐに伸びていることに気づきましたか！？下半身に力が入るようになってきたことで身体の反りも少なくなり綺麗になってきました！目指せ一人で逆立ち歩き！



トランポリンの上でも逆立ち出来るかな？



跳び箱を使ってたくさん飛び越す練習もしたね？6月にやったこの遊びは覚えている？
跳び箱って怖くないんだよ！そんな話をしながら子どもたちと跳び箱を使って遊んだことを
子どもたちも覚えてくれていました。種目は一緒でも難易度はもちろん難しくしますよ！



5月はフーフーフの中にもジャンプで止まったね！



高さのある跳び箱の上には止まれるかな？

次は飛び越しジャンプ！
前回はもっと小さい積み木だったかな？



今回は跳び箱一段！その場でジャンプする子
勢いをつけて飛び越す子や自分で簡単だからと
両足ジャンプで飛び越す子など工夫して行っていました。

