8月 3.4.5歳児くらすだより

R8．7．28

いつの間にかセミの声が聞こえ始め、季節はすっかり夏です。

まぶしい太陽の下で、暑さに負けず、元気いっぱいの子どもたち。活動後のシャワーを楽しみにしているようで、張り切ってシャワーの身支度をしています。泥んこ遊びや色水遊びなど夏ならではの遊びを全身を使って思いっきり楽しみ、夏を満喫したいと思います。

夏場は予想以上に体力を消耗しますので、一日の疲れを次の日に残さないよう生活リズムを整えていきましょう。

今月の目標

3歳児　・夏の健康的な過ごし方を知り、生活に必要な決まりや習慣を身につける。

4歳児　・ルールを守りながら、友達と一緒に夏の遊びを楽しむ。

5歳児　・水・泥・砂などに触れ、間食を十分に味わいながら夏ならではの遊びを楽しむ。

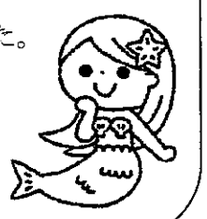
たのしかった海水浴！

先日、結の浜へ海水浴に出掛けました。

目を輝かせ海に向って走る子どもたち。海の水が口に入ると「うわあっ、しょっぱい！」と驚く子や喜んで海に入る子、波打ち際で遊ぶ子と様々な姿が見られました。

子どもたちもお父さんお母さんと一緒に海に入れてとても嬉しそうでした。

ご参加・ご協力ありがとうございました。



おねがい

７月３１日（金）に泥んこ遊びを行います。

７月３０日（木）までに泥んこセットを持ってきて下さい。

※ 泥んこ遊びセットは、何度か使用しますので、持ち帰ったら再度持たせてください。

体幹を鍛えましょう！〈体幹は毎日の遊びの中で育ちます〉

体幹とは、姿勢を保ったり、体をバランスよく動かしたりするために大切な力です。特別な運動をしなくても、日常生活や遊びの中で自然と育まれていきます。

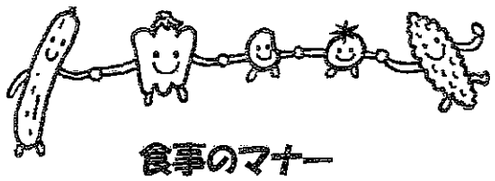
体幹を鍛えると、❁姿勢が良くなる　→　視野が広がり怪我が減る

❁バランス感覚が良くなる　→　椅子に座った時も姿勢をキープすることができる

→　人の話を聞くことができる　→　集中力アップ

園では、鬼ごっこやかけっこ、マット運動、鉄棒、うんてい、ボール遊びを楽しんだり、雑巾がけや椅子を運ぶなど活動の中でも自然と体幹を鍛えています。

ご家庭でも、公園で思いっきり遊んだり、階段を上り下りしたり、お手伝いで荷物を運んだりするなど、日常の中で体を動かす機会を大切にしてみてください。また、登降園の際、自分の荷物を持つことも、自然と体幹を使う機会となり、体づくりに繋がります。楽しみながら体を動かす経験が、丈夫な体づくりや転びにくい体、集中して活動に取り組む力へと繋がっていきます！



食事のマナー

❁三角食べをする

ご飯、お汁、おかずを交互に食べるよう指導していますが、一品ずつ食べるお子さんも見られます。

❁ご飯粒を寄せながら食べる

お茶碗いっぱいについたご飯粒。食べ終える頃には固まって取れずにいます。食べながらご飯粒を集めるように声掛けをしていますが、まだまだ練習が必要なお子さんもいます。

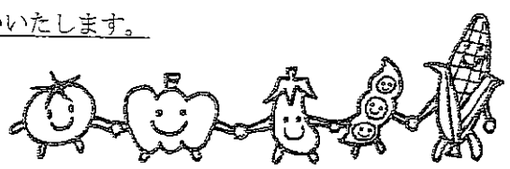
❁食べこぼしをしをしない

食べこぼしをしないようお皿を持って食べるように指導しています。こぼした場合も自分で気づいて片付けれるような声掛けをしています。

❁食べ物が口に入っている時は喋らない

食事中のお喋りに夢中になり、なかなか食べ進まない子もいます。楽しく会話しながら食事をすることも大切ですが、声の大きさ、口に入っている時のマナーを知らせていきたいと思います。

❁時間内に食べる（約２５分）

タイムタイマーを使用することで「あと〇分だ」と残りの時間を意識して食べるようになってきました。

食事のマナーは毎日の繰り返しで身につくものです。園でも引き続き声掛けを行なっていきたいと思いますので、ご家庭でもご協力をお願いいたします。