



ぴよぴよ通信

0. 1. 2歳児の育ちに応える運動あそび

令和6年7月1日(月)

隈之城保育園 乳児保育担当

◎歩きはじめの頃まで(6ヶ月～1歳半頃まで)



[グライダーポーズの頃]
ヒコーキぴゅーん！



★育ってほしいチカラ: **体幹の強化**

うつ伏せ姿勢を保つことで、背筋運動が刺激され、より体幹がしっかりしてきます。そのことにより、手足の運動が促され、スムーズな歩行運動を獲得していくことに繋がります。

[歩くことが楽しい頃]
お船でどんぶらこ



★育ってほしいチカラ: **体幹の強化**

身体が左右に揺れることで体幹をバランスよく保とうとする意識が働き、より体幹がしっかりしてきます。

[段差のある場所を歩く頃]
迷路でおとっと！



☆あそびのねらい☆
**バランス感覚
高所感覚、協調性**

☆あそびのねらい☆
**バランス感覚
協応性、握力**



☆あそびのねらい☆
**バランス感覚
空間認知力**



◎安定した姿勢でしっかり歩く頃(1歳半～2歳前半頃まで)

[転ぶことが少なくなる頃]
ぽよ～んぽよ～んボール



☆あそびのねらい☆
**昇降運動
(片足ずつ昇り降りする)
バランス感覚、前進運動**



★育ってほしいチカラ: **持久力と目と手の協応**

捕まえにくいボールを追いかけるので、かなりの運動量になります。また、動きながらボールを見る、タイミングよく捕まえるという目と手の協応が高まります。また、捕まえられた時の嬉しさが「もっとあそびたい」という意欲を育みます。

◎さまざまな動きを獲得する頃(2歳半～3歳前半頃まで)

☆あそびのねらい☆
**腹筋・背筋に刺激を与える、体を返す
瞬発力
姿勢を保持する力**



★育ってほしいチカラ: **調整能力と挑戦してみる意欲の基礎**

身体の動きをコントロールしたり、バランスを取ったりする調整能力を養います。一つひとつできるようになる喜びが、様々な運動環境に挑戦する意欲の基礎となる、「やってみたい」、「じぶんでできる」という気持ちを育みます。

[走る動きを獲得した頃]
走ると、たこだよ！

★育ってほしいチカラ: **走運動の充実**

歩行が安定してくるとともに芽生えてくる走運動への欲求を満たすためには、適度な運動環境と保育士の励ましがが必要です。

開放感たっぷりの環境で走運動を十分に楽しみ、満足感を味わいます。



◎この他にも色々な運動あそびを楽しんでいます！