

うみ組のいちにち

4月22日(火)

🌸体育あそび🌸

今日は、体育遊びに元気よく取り組んでいます！まずは、「昆虫太極拳」と言う曲を踊り、準備体操をしています。初めてやる踊りだったからか、「かまきり、だんごむし、ばった、かめむし」のポーズをリズムよく真似して、楽しみながら踊ってくれましたよ😊

準備体操の後は、マラソンと柔軟体操をしています。いつも通り2グループに分かれて「ぴっぴっ！わっしょい！」と掛け声をしながら走ったり、座って開脚をしたり、身体を伸ばしていますよ。

活動のメインは、線の上でジャンプをしたり、はみ出さないように歩いたり、かえるとびや、アヒル歩き等をするものです。様々な動きを通して、体力をつけたり体幹を付けていきたいと思います🌟

最後はかけっこをして終わりました。身体を動かして汗をかいたので、お着替えをしてから自由遊びを楽しんでいます！

★明日は、晴れたらお散歩に行く予定です🎵

