

11月25日（火） くじらぐみ（4歳児）

### ☆体育あそび

最近、マラソンでの怪我が増えていることで、改めて体操の仕方について子ども達と確認をしていくことにしました。伸ばす場所を教えながら、しっかりと身体を動かす意味を伝えていくようにしました。

その後は、マットを使って前転や手押し車の練習をしてみましたよ。「前転をする時は、おへそを見る」と伝えたことで、頭の後ろをマットにつけて安全に回る意識をしていました。最初は慎重にやっていた子ども達でしたが回数を重ねるごとにコツを掴んで何度も自分で回って楽しんでいたよ♪



☆親子レクのご感想ありがとうございました！まだ記入されていない方は、是非感想等を記入お願いします^^