



子育て支援 さくらんぼ だより 12.1月号

NO.5

学校法人矢作学園

橋目幼稚園 長瀬台幼稚園 矢作白鳥幼稚園

寒さも少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。寒さの中でも子どもたちは元気いっぱい遊びまわっていることでしょう。

寒くなってくると、公園で遊ぶのも難しくなりますね。
室内でもできる遊びを紹介します。

〈指や手を使うあそび〉

- ☆新聞ボール…ちぎる→丸める→袋に入れる→ボールにする
- ☆シール貼り…シールをはがす→大きな紙に自由に貼る→決められた所に貼る
- ☆新聞パンチ…大人が新聞を広げて持ち、グーで穴をあけたりさいたりする

〈反射神経を養うあそび〉

- ☆ティッシュキャッチ…ティッシュを頭の上から落としてキャッチする
- ☆動物まねっこ…犬→ハイハイ うさぎ・かえる→ジャンプ ペンギン→かかと歩き ワニ→腹ばい歩き クマ→四つ這い キリン→手を伸ばして大股で歩く

〈バランス感覚を養うあそび〉

- ☆綱渡り…タオルで道を作り、その上を落ちないように歩く
- ☆けんけんぱ…新聞でいくつかの輪を作り、片足・両足跳びでジャンプする
- ☆魔法のじゅうたん…バスタオルの上に子どもが座り、じゅうたんに見立てたタオルを大人が動かし、落ちないように遊ぶ



お子さんの好きなあそび、お気に入りのあそびを見つけてみて下さい
寒い季節、家の中にいる時間が増えますが
、体を動かしてコミュニケーションを取りながら、
親子の時間を楽しみましょう

冬を元気に乗り切るために

☆手洗い・うがい

・風邪予防には、1番効果的です。
タイミングは、外から帰ってきたとき、食事の前、トイレの後が特に大切です。
うがいはまだ難しい子は、適度に水分をとるようにしましょう。

☆室内の温度・湿度

・室温と外気温の差は少なくしましょう。
湿度は50%～60%前後を保つと良いです。
また、こまめな喚起をして、空気を入れ替えましょう。

おすすめ 絵本

こねこねこ
さく きむらよしお
出版社 福音館書店

まどからのおくりもの
作 五味太郎
出版社 偕成社