



令和2年10月1日

社会福祉法人藤花学園 北野保育園

大きな動きと小さな動き

園長 田中 裕

秋らしい空気を感じるようになりました。公園や園庭で思い切り身体を動かすことができる季節です。

子どもの運動は体作りだけが目的ではありません。脳は身体を通して情報を得ています。そして、情報を処理することで神経回路を作っていきます。「考える力」はこうして生まれてきます。つまり、身体から得る情報の量と質が豊かであるほど脳がいろいろな能力を獲得することができるから運動が大切なのです。

また、子どもに必要な運動は単に全身を使う運動だけではありません。手先を使う小さな運動でも脳は大変な活動を必要とします。小さな動き、大きな動き、単調な動き、複雑な動きといったいろいろな運動が、子どもたちの運動の欲求を増し、知的好奇心を促すことにもなります。

手先の運動を例にとると「物をつまむ」という動作も様々です。力がない子は指の横でつまみます。やがて指の腹でつまめるようになり、だんだん指先でつまめるようになります。身体を動かす運動ばかりでなく指のばらばらの動きを感じさせる遊びが大事です。

園では乳児クラスの頃から新聞ちぎりやトングや洗濯バサミを使った指先を使う遊びを行い、粘土や絵の具を触る感触遊びを行っています。そして、外やホールでは身体全身を使っの遊びを行います。

外遊びや部屋遊びの中で異なる身体の使い方をし、脳に刺激を与え、給食で脳に栄養を送り、休息する。毎日の生活の中で、外界とつながり、身体への刺激と運動しながら乳幼児の脳や心は発達していくのです。

さあ、運動の秋、食欲の秋、読書の秋。今年の保育テーマの「動～次への一歩」に向かって、いろいろな「動」に取り組んでいきたいと思います。

(参考: JACOT 理事長・徳島大学名誉教授 荒木秀夫「JACOT 広報資料」)

東京保健医療専門職大学教授 佐々木清子「東社協 通信」)

10月5日(月)	身体測定	5歳児
6日(火)	体育指導	3～5歳児
	身体測定	4歳児
7日(水)	誕生会	
8日(木)	避難訓練	
9日(金)	JACOT 指導	4、5歳児
13日(火)	運動会ごっこ	5歳児
	身体測定	3歳児
14日(水)	身体測定	本園1、2歳児
15日(木)	0歳児健診	
	身体測定	分園0～2歳児
20日(火)	体育指導	3～5歳児
27日(火)	体育指導	3～5歳児

※21日の高齢者施設訪問、24日の運動会はコロナの影響により中止となりました。

