



屋内でも健やかに運動

天気が不安定な日が続いている今、体育の授業では、室内で体を動かすことができる「体ほぐしの運動」を行っています。運動場で走り回ったり、中庭の遊具で遊んだりする運動とは違った体の動かし方をする事で、自分の体をどれだけ動かすことができるのかを新しく知ったり、普段動かさない部分を動かして、「あーっ！」と声を出したりしていました。片足だけで立ったり、腕で上体を支えたりするようなバランスをとる運動では、長い時間うまくバランスをとろうと、みんな頑張っていました。

中休みや昼休みでは、じゃんけんをして負けた方が足を少しずつ広げていき、手やおしりが先に床に着いた方が負けという、「柔軟じゃんけん」というゲームが、教室内でできる遊びの中でも子どもたちに人気の遊びになってきています。

「体を動かす活動」をすることで、子どもたちは笑顔になっています。「誰かと一緒に」運動をすると、ちょっとした動きでも盛り上がるので、お子さんと一緒に保護者の皆様も、やってみてはいかがでしょうか。

雨にも負けず、風にも負けず

雨風が強い日が多々ありましたが、どの苗も折れることなく、立派に育ってきています。中には、きれいな花をいくつか咲かせているものがあれば、すでに実がなり始めているものも見られるようになりました。

きれいに、強く育ち、そしておいしいミニトマトやピーマンがたくさんできてほしいと思います。

