

# 運動教室がありました！



2026.06.05 りんご組

こんなこともできるよ!!



## 平均台をジャンプ!



今日は運動教室があり、遊戯室で1・2組合同で運動を楽しみました。最初は正座や三角座りを交互に変えながら座り方の姿勢を意識する事を教えてもらいました。その後、運動前のストレッチを2人1組で行い「これ以上倒せない」と言いながらも体をほぐしたり「こんなこともできるよ!」と楽しんだりする姿が見られました。

また、平均台やマット、ソフトブロックなどを使った運動も興味津々で楽しむことができましたよ。ソフトブロックの上で正座や方足立ち、飛行機などのポーズをして落ちないようにバランスを取りながら静止していた時はハラハラドキドキで盛り上がりました。マットと平均台を使った活動では、様々な動きでマットや平均台を飛び越えたりくぐったりして体全体を使って運動遊びを楽しむ姿が見られました。

これからも元気よく色々な運動遊びに挑戦し、十分に楽しんでいきたいと思います!



## この状態をキープ



## つぼみになった!!

