



Eメール kusunoki_mori@feel.ocn.ne.jp

ホームページ <https://minnanomori.jp/hoiku/kusunoki/>

身体づくりを大切に

先日、0、1才児職員交流研修がくすのきで行われその中で、最近の子どもたちの身体的発達の変化についてそれぞれの園から話がありました。人間の身体の発達は生後3、4か月で首がすわる→寝返り→腹這いで首を持ちあげる→腹這い→お座り→四つ這い→高這い→つかまり立ち→つたい歩き→歩行という過程を順に1歳前後までに経ていきます。しかし、その順番を抜かして次の過程に進む子が増えているとのことでした。(例えば腹這いを十分しないでお座りをしたり、四つ這いをしないで歩行を開始したり…)。特に腹ばいや四つ這いは歩行開始した時の肩・腕・手首・手指と首の立ち直り反応に繋がり、それらは十分に経験することで大きな怪我につながりにくい身体になります。先にお座りを覚えてしまうとその力は獲得できにくくなります。またうつ伏せで手をついて首を左右に動かす力はあごの筋肉の発達にもつながり、食事の際の咀嚼にも大きく影響します。



リズム前にはにじの部屋で雑巾がけ。
頭をあげながら四つ這いの姿勢をとります。

くすのき保育園では0歳児はつむぎ体操、歩行が安定して身体を動かすのがさらに楽しくなる時期から年長まではリズム遊びを取り入れ、獲得損ねた発達はリズム遊びで補えるようにしています。またリズム遊びだけでなく散歩にたくさん出かけ、でこぼこ道を歩く経験や園とはまた違う環境の中で刺激に触れながらたくさん歩くことで足腰の力をつけたりと、乳児期から幼児期までの間で意識的に身体づくりに取り組んでいます。大きなけがに繋がらない身体づくりを遊びの中でたくさん経験できるようにしています。



最近は便利とされる育児グッズの普及もあり多く増えていますが、子どもの発達を阻害しているのではと思われる用品もたくさんあり要因の一つになっているのではと思います。便利さと同時にあるデメリットを把握した上で必要不必要の判断がきるとよいですね。

リズム運動の一つ「金魚」の動き
手足を脱力しながら腰を左右に揺らしま

お知らせ

- ★4月に行われたひだまりの会総会でもお伝えしましたが、今年度より、写真販売業者が変わり一枚当たりの写真の単価が値上がりとなります。詳しくは後日お知らせ致しますので、ご承知おき下さい。
- ★いつも保育参加にご参加下さり、ありがとうございます。保育参加時の給食費ですが食材費高騰のため、6月から変更となります。 **変更額 旧: ¥300→新: ¥400** ご理解の程よろしく願います。
- ★給食献立表が今月よりメールのPDFにて配信お知らせとなります。アレルギー対応食のお子さんにつきましては、通常通り献立表を配布します。献立表を紙で希望される方は、事務所前に置きますのでご自由にお持ちください。