

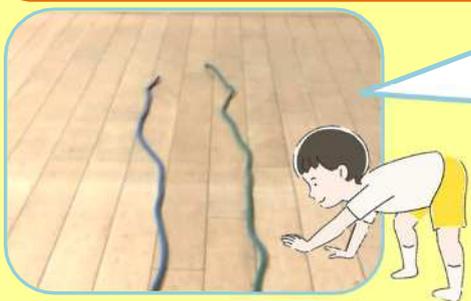
# えんだより1月号

令和7年(2025年)  
1月10日  
港区立芝保育園  
TEL 3455-4669

あけましておめでとうございます。  
2025年も皆さまにとって良い1年となりますように！

## 簡単準備で楽しく運動！！

3～5歳児(幼児)クラス対象に、外部講師を招いて楽しい運動遊びを教えてもらっています。その中から手軽に楽しめる運動遊びを紹介します。寒い日が続きますがお子さんは毎日元気ですね。お家の中でもできる運動遊びでリフレッシュしてみてください♪



## ロープやマスキングテープ2本で遊べる！

2本線の内側に両手、外側に足を着いてお尻を上げ高這いの姿勢になります。前をしっかりと見て手→足の順に四肢を動かしながら進みます。体を支える力、(手足の出す順など)考える力に繋がります。クマ歩きと呼んでおり、クマになりきることで繰り返しています♪

## 線が1本と、コーンの目印！

1本線の上を綱渡りのように渡ります。慎重に渡るだけでなく、その途中にあるコーンにタッチしながら進むことで難易度アップ！ご家庭ではお子さんの玩具や、トイレトーパーなど、目印になるものなら何でもアレンジ可能です。また、1本橋の渡り方も両足跳びにしたり上記のようなクマ歩きにしたりとアレンジして楽しめます。



## タグラグビーも教わっています！

年長クラスは、ラグビーの前段階となるタグラグビーを教えてもらっています。複数の色でチーム分けをして、腰につけたタグを取り合うところから始まり、1対1でタグが取られないように避けながらラグビーボールをトライしていくなど、鬼ごっこのような遊びからラグビーに近いゲームまでできるようになってきています。



## 今月の“保育園であそぼう”

★1月21日(火)は試食会を行います。※受付は終了しています。

## 来月の“保育園であそぼう”

★2月12日(水)※予約制になりますので、下記電話番号にてお申込みください

☎受付電話番号:03-3455-5039 (月～金曜日の9:00～17:00)です。

※感染症対策により予定が変更になることがあります。予めご了承ください。