

香美町 ならではの 教育の挑戦

～幼児期の体づくり～

●問い合わせ先 町教育委員会生涯学習課

第2回目は、幼児期の体づくりについてです。

心と体の土台を作る幼児期では、「健やかな体」を育むためのさまざまな基礎的な力を培うことが大切です。今回は、具体的な取組として、運動能力・意欲の向上を目的とした「運動遊び」について紹介します。

巡回型体操教室

月に1回、指導者が町内各幼稚園などを巡回し、体操教室を実施しています。

音楽体操、クマ歩き、柔軟体操、なわ跳び、マット運動、鉄棒などを行い、リズムやバランス感覚、柔軟性、敏捷性などを身に付けていきます。現在は近隣の小規模園所合同での教室も開催しています。



どの体操教室も、難しいことからではなく、クマ歩き、両足ジャンプ、カエル跳びなど簡単なことから始めます。

筋肉が未発達 of 幼児期には、調整力（行動を正確に行う力）を優先して伸ばすことが重要です。筋力は思春期にかけて成長していきますが、調整力など神経型の運動能力は6歳でおよそ90%完成と言われています。小さい頃に練習し一度乗れた自転車は大人になっても乗れるように、幼児期に運動の土台となるさまざまな動作の習得が大切となります。

元気体操教室

週に1回程度、指導者が香住B&G海洋センター体育館などで希望者に体操教室を実施しています。

巡回型で行う内容に加え、跳び箱など少しレベルアップした運動を行っています。

7月～9月はプールでのプログラムも実施しています。



この取組で最も大切になることは、子どもたちが体を動かすことを好きになることです。よく動き、よく食べ、よく眠る。運動が基礎となることで、規則正しい生活習慣が身に付きます。

また、「なわ跳びができた!」「逆上がりができた!」など新しいことに挑戦し、達成した喜びは、子どもたちの心も大きく成長させます。

未来を切り開くための子どもたちの「健やかな体」。その成長に期待をしながら、町教育委員会では精いっぱい指導を行っています。

～お知らせ～

●問い合わせ先 町教育委員会こども教育課

本年度から町内小・中学校で、教職員の休暇取得を促進し、心身の健康の保持増進を図ることなどを目的として、8月14日(月)、15日(火)を学校閉庁日(教職員が一斉に年次休暇などを取得し学校に勤務しない日)とします。

なお、詳細については、各学校から配布する文書および次号の広報「ふるさと香美」をご覧ください。