

# 親子で身体を動かそう

未就園児クラス つぼみっこ

[ 第20回 ] 2025年度  
11月 5日



## 今回の内容



- ・歌「どんぐり ころころ」（パネルシアター）  
「やきいもグーチーパー」（パネルシアター）
- ・ハッピーバースデー
- ・親子ふれあい体操
- ・玉入れ
- ・パラバルーン
- ・金平糖タイム
- ・絵本「おやゆびさん」「うんちっち」
- ・戸外遊び

朝晩は肌寒さを感じるようになりました。周りを見渡すと木々が色づき、とてもきれいです。  
すっかり秋になりましたね。

今日は、親子でしっかり身体を動かしました。

「決して無理強いはしないでくださいね～」をお約束として、結構ハードに動いてもらいました。

引っ張りっこをしたり、ジャンプをしたり、ネコ車や、メリーゴーラウンドなど、スキンシップをしながら、楽しみました。ネコ車などは、家ではあまりしないようで、皆さん苦戦していました。

これらの動きは、体幹が強くなったり、バランス能力が上がったりします。無理強いはよくないですが、ご家庭で楽しみながら、少し難しい動きに挑戦してみてください。

この後、玉入れとパラバルーンを行いました。パラバルーンは親子一緒にしました。

「アイアイ」「にじのむこうに」「カイト」に合わせて動き、パラバルーンの下にもぐったり、ボールを転がしたりしました。

最後は、大きなドームを作り、全員で潜り込みました。カラフルな秘密の空間は、大人も子どももテンションが上がりしました(≧▽≦)

11月5日(水)



HAPPY BIRTHDAY

