

「リズム遊び」

リズム遊びとは

ピアノ伴奏に合わせて全身を動かすことで、感覚神経や運動神経を刺激し、体と脳の発達を促しています。

音を聞いたり、自分たちの順番を待つことで集中力や忍耐力が育まれ、手先・足先・腕・足・首・背中・お腹と、全身の筋肉をくまなく使うため、足腰の筋力、体幹の向上、バランス力なども養われます。



とんぼ
(走ったあと、片足をあげ止まる)

4月はグラグラしていたけど、
ぴたっと止まれる子も
できました！



金魚
(体を左右に揺らす)
ゆらゆら気持ちいいね♪

たんぼぼ
(曲に合わせてとまり、
顔を見合わせる)

顔を合わせると
ちょっと照れちゃうところが
可愛いです☺



両生類はいはい
(体全体を使い這って進む)

足をまげて、
よいしょ！よいしょ！



2～5 歳児はホールで取り組んでいます。学年が上の
子たちは、見られることで、かっこよくがんばろう！と
はりきり、それを見た他の子たちは、真似してやって
みたい！と異年齢で互いに刺激を受けながら行っ
ています。

1月からはりす組保育室で0.1歳児も取り組み始め
ました。ピアノの音を聞いている子、保育士や友だちを
見ている子、おもしろそう！と真似して動く子と、そ
れぞれの興味に合わせて楽しんでいます。

どの学年も、毎日繰り返し行うことでできる動きが
増え、その嬉しさや達成感がさらなる意欲や自信に
つながっているようです。