

ほけんニュース

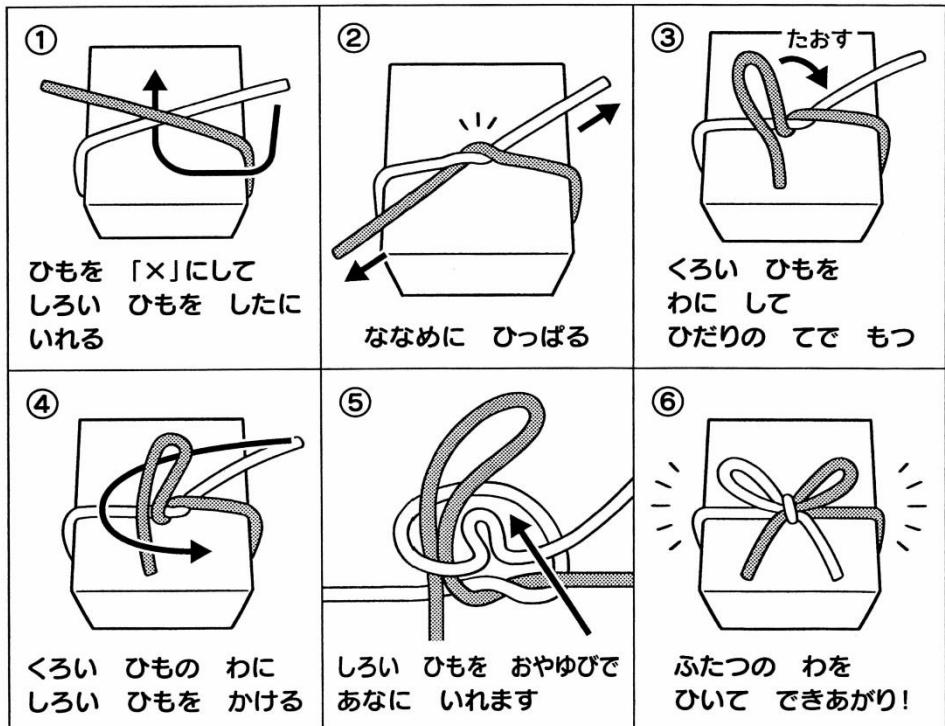
身につけたい 生活の中での体の動き



子どもは、まわりのおとなや友だちとかかわりながら、遊びや運動、手遊びなどを通じて、体の動かし方や指先の使い方を身につけていきます。こうした体の動きは、小学校に入ってからの生活の土台になります。

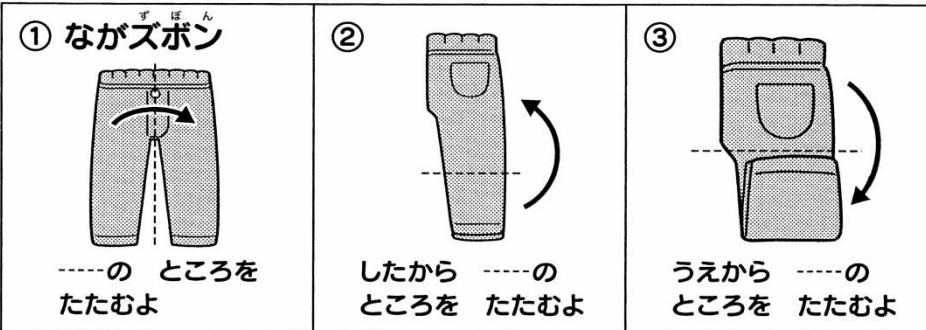
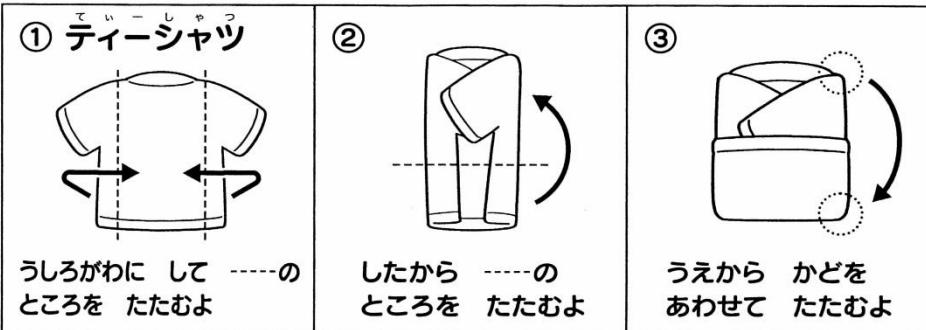
ちょうむすびを しよう

エプロンのひもや靴ひもなど、よく使う結び方なので、身につけさせましょう。



ふくを たたもう

小学校では、体育の時間に服をたたむので、入学前に身につけさせておくと安心です。



指先の動きを育てる遊び

筆記用具を使ったり、はさみで切ったりする作業には、指先をしっかりと使う力が必要です。そのためには、体の姿勢を安定させることも大切です。さまざまな遊びの中で、それらを身につけさせましょう。

新聞紙を丸める

握る・両手の操作を養う



折り紙

つまむ力をつける



カード遊び

指先の力を養う



指すもう

親指・手首の力を養う

