

ルンルン♪リズムあそび



NO. 2



せいろう幼稚園では、各学年の育ちに合わせたリズムあそびで音楽表現を楽しんでいます。



～「汽車」の動き～

- ①両手を車輪のように脇で回しながら走る。
- ②汽笛（ピアノ）が鳴ったら床に滑り込み、うつ伏せで寝る。
- ③うつ伏せのまま力を抜く。
- ④発車（ピアノ）の合図で再び走り出す。

この運動では、床から立ち上がる時に腕の力で体を支えて起きるので、腕の力がつき、足腰も鍛えられます。また、とっさの判断で寝たり起きたりするので、足・腰・腕の筋肉や関節、神経系の発育を促します。



3歳児。両手を脇で回す動作は、まだまだ難しい様子…。でも、楽しい！！

4歳児。すべり込む動作がお気に入りの。カーブも上手に曲がれるようになっています。



5歳児。うつ伏せから起き上がるまでの動作が、素早い！