

# みらいだより

10/11(土)、運動会の日が近づいてきましたね。日頃の運動（はう、ふんばる、すべる、走る、くぐる、つかむ、跳ぶ、バランスをとる、のぼる等）を基本に、子どもたちが楽しみながら参加できるよう日々取り組んでいます。3歳児うさぎ組以上の子どもたちは、集団ではなく2人もしくは1人で競技に挑みます。みんなが見ている前で自分の心と体と向き合い、できることができがだんだんと増えてきました。やる気に満ちた目、満足した目、緊張している目、失敗してくやしい目、自信のない目、色々な表情を見せてくれます。

できないことももちろんありますが、本番だけでなくこの日々の取り組み（葛藤）が心身の成長・育ちにつながっています。一人ひとりが主人公の運動会、当日がお天気になることを祈りながら残りの日を過ごします。

かけあがれ!!



月	日	曜	行 事 予 定
10	2	火	全体リハーサル
	11	土	運動会（1～5歳児） お弁当の日
	14	火	身体測定（どんぐり・ひかり）
	15	水	身体測定（りす・そら）
	16	木	身体測定（たけのこ・うさぎ）
	23	木	遠足（そら）
	25	土	お弁当の日
	27	月	遠足（うさぎ：藤原G）
	28	火	遠足（うさぎ：中村G） 内科健診
	31	金	交通安全教室（ひかり）
遠足については、別途ご案内します。 ※変更の場合あり			



みんなで片付けるよ



## 【やっぱり はだし がいい】

健康な足づくりには、運動が一番。運動も「かけっこだけ」でなく、予測不能に動く鬼ごっこ、凸凹道を歩く、築山登りなど、多様な動きを経験するのがよいようです。そのほかにも「はだしでいる時間を増やすのがいい」と小林先生。

「靴を履いていると、どうしても足底や指の動きに制限がかかります。はだしであれば、地面からの情報をダイレクトに受け、それに対応して柔軟に足のアーチや指が動く。その動きが足の発達を促します。靴下もできるだけはかない方がいいですね。靴下をはくと、その中で足と指が滑ってしまい、地面をしっかりとらえられないんです」

『エデュカーレ（第115号）』小林幸次 より