



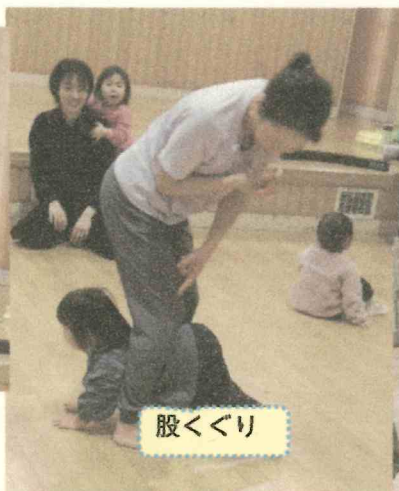
ポロップひろば 遊びに き・て



11月6日 子育て特別講座②『運動遊びをしよう!』



<講師>
健康運動指導士 メンタルコーチ
宮本 留美子 先生



股くぐり



タオル電車



ひこうき



バルーンに入って大興奮!

11月6日のポロップひろばは、秋晴れの園庭で遊んだ後、親子で子育て特別講座②「運動遊びをしよう!」～親子ピクス～を行いました。体を動かす前に、全身を撫でたり、親子で両手をつないで体をブルブル振るわせたりすると、体がリラックスして動かしやすくなるそうで、体をほぐした後はいろいろな動きを楽しみ、会場は親子の笑顔であふれていました。タオルを使ったひっぱりっこ（綱引き）では全身に力が入ることや、股くぐりでは、狭い場所を通ることで自分の体の大きさを遊びながら自覚できることを体遊びを通して教えていただきました。最後はバルーン遊びを全員で楽しみ、大興奮の中、講座は終了しました。 11月生まれのお友達の誕生会もしました

♥次回のポロップひろばは、12月18日（木）14:00～15:30 「もちつき会」です。皆でお餅つきをした後、ついたおもちで小さなMy鏡餅を作ります。詳しくはホームページでご確認ください。
たくさんのご参加をお待ちしています。（予約は、いりません）