



ぱんだぐみ



朝夕が冷え込む季節となりました。戸外では葉っぱの色が変化していることに気づき、枯れ葉を集めたり、ちぎったり、大事に握りしめている姿が見られ、深まる秋を感じながらそれぞれの遊びを楽しむ子ども達です。今月も、身近にある沢山の自然に触れることができるようにしていきたいと思っています。

体調を崩しやすい時期です。手洗いやうがいでしっかり予防しながら、元気な体づくりのためにも思い切り体を動かして遊びたいと思います。



ねらい

- 生活や遊びの中で言葉のやり取りを楽しんだり、戸外で体を動かしたりして遊ぶ
- 保育者や友だちと関わって遊ぶことを楽しむ



お知らせ

- ・防寒着など上着を着用の際は、事故防止のため、フードやひものないものにしてください。ご協力をお願いします。
- ・今までは食後のブクブクうがいでしたが、季節の変わり目で体調を崩しやすい時期なので、ガラガラうがいの練習もしていきたいと思います。



ガラガラうがいにチャレンジ!

①エアうがい

水を口に含まず、上を向いて口を大きく開けた状態で「あ〜」と言ってみる。慣れてきたら「ペッ」も付け加えてみる。

②正面を向いてうがい

口に水を含み、正面を向いた状態でステップ①でやったように「あ〜」と言ってみましょう。

③上を向いてうがい

最後は、口に水を含んだ状態で、徐々に上を向いていき、「あ〜」と言ってみましょう。

☆いきなり真上を向くとできない場合もあるので、上を向く角度は少しずつあげていくのがポイントです! また、水を大量に入れすぎるとやりづらいので、最初は水の量を少なくしてやってみましょう。

お家でもチャレンジしてみてくださいね〜

担任：高梨*芝田