



先月は、プールに夏まつりなど夏ならではの行事を楽しんだぱんだ組さん。暑かった夏も終わりを告げ、徐々に秋の気配が感じられるようになってきましたね。

今月は、晴れた日には積極的に戸外遊びを取り入れていき、運動会ごっこに向けて、「よーいドン！」とみんなであつたりフラフープの上をジャンプしたりとたくさん体を動かしていきたいと思います。

夏の暑さの疲れもあり、体調を崩しやすい時期なので、たくさん食べてたくさん睡眠をとり、生活リズムを整えていき、元気に過ごしていきたいと思います。



・運動会ごっこを通して、保育者や友達と一緒に身体を動かすことを楽しむ。

・季節の移り変わりを感じ、秋の自然に触れる。

#### 【お知らせ】

・季節の移り変わり目で体調も崩しやすい時期なので、10月からうがいの練習をしていきたいと思います。

・感染症対策にもなりますので、お家でもうがいの練習をしてみてください。ご協力お願いいたします。

#### ※運動会ごっこがあります※

個人種目「すすめ！はらぺこあおむし」と徒競走「かけっこよーいドン」を行う予定です！

トンネルをくぐったり障害物を飛びえたりします。最後は、あおむしたちが、かわいいいちようちよに変身してゴールします♡

遊びの中で、少しずつ練習していきます。子どもたちのかわいい写真をたくさん撮って掲示しますので、楽しみにしてください♡

#### ガラガラうがいにチャレンジ！

##### ① エアーうがい

水を口に含まず、上を向いて口を大きく開けた状態で「あ〜」としてみる。慣れてきたら「パツ」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〜」と尝试してみましよう。

##### 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〜」と尝试してみましよう。

\*最初は難しいかと思うので、ブクブクうがいからスタートしてみて下さい。お風呂場で練習すると濡れなくていいですよ♪