



ぽっかぽか 12月 うさぎ組



今年も早いもので残りひと月となりました。寒さも本格的になってきましたが、子ども達は元気いっぱい！子ども会に向けての練習や散歩に励んでいます！しかし寒くなってくると不安なことがやはり体調管理。今月はそんな散歩とうがいについての園での様子をお伝えします。



「お散歩行くよ！」

この言葉を聞くと誰しもが目を輝かせます。現在は少しずつ川沿い等の戸外散歩に出かけています。今回は散歩のときに伝えている三つのお約束と散歩ロープの役割についてお話します。

三つのお約束：「手を離さない」「引っ張らない」「友達の後ろを歩く」の三つを伝えています。これは園内での練習の時から伝えており、出発前に毎回確認しています。特に1.2個目は子ども達もとても意識しており、3個目は普段の移動時から“自分が何番目か”“誰の後ろか”を確認して集団で移動することで、普段から意識しています。

散歩ロープ：散歩ロープには持ち手がついており、一人一人それを持って歩きます。散歩ロープを使うことで、2列で歩くこと、前の友だちとの適度な間隔を開けて歩くこと、前の友だちの後ろをついて歩くことなど集団で歩く動きが身についていきます。また、先頭で大人の誘導で進んで歩くペースを伝えています。

散歩ロープがなくなると、自分たちで自主的に歩くことが必要になります。ぜひご家庭でもお子さんと手を繋いで歩く機会を作ってみてください！

「あ～～、ん～ぺっ！」

これは普段うさぎ組でガラガラうがいをする時に伝えている言葉です。

大人になると特に意識せずガラガラうがいをしていると思いますが、子どもにとっては「がらがらぺっ」と言われると言葉で「がらがら～」だったり、上手く喉でうがいしても下を向く際に口からこぼれて服がビショビショ、なんてことが起こります。

そこで大人も一緒に手本を見せながら、実際の喉の動かし方である「あ～～」とうがいをし、下を向く際に一度口を閉じるという意味で「ん～」と閉じてる姿を見せます。そして真下に向かって「ぺっ」と出します。

うさぎ組では戸外遊びから戻った時など喉のウイルスをやっつけたい時はガラガラうがい、食後に口腔内を綺麗にする時はぐちゅぐちゅうがいをしています。ご家庭でもぜひ一緒にしてみてください！

