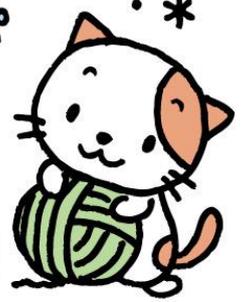




# るりっこクラブ



1月のるりっこクラブでは、真冬の寒さに負けず、元気いっぱい親子で登園してくれたお友達と一緒にたくさん遊ぶことが出来ました。今回のメインは【体育教室の先生と一緒にたくさん体を動かそう!!】・・・ということで、カワイ体育教室の講師の先生と一緒に親子体操をしたり、鉄棒や跳び箱を使ったアスレチックをしたり体を動かし楽しみました。



## 体操の様子



- 親子でロケット発射や足の上をジャンプ!!お家の人のトンネルをくぐって遊びました。お家の人と一緒になので安心して楽しむ姿が見られました。
- お山を登って下りたり、鉄棒ではお猿さんに変身! みんなでアスレチックを楽しみました。



手足をたくさん使って上り下りをする・鉄棒にぶら下がることで、体幹を自然に使い、体幹を鍛えることで姿勢を良くすることに繋がります。姿勢が良くなると集中力UPや腸内環境にもいい影響が!!それ以外にも、歩くことが多くなりハイハイ時期などと比べて腕を使うことが少なくなっているのですが、腕を使うことは知能の発達にも効果的と言われています。とにかく楽しい!! 身体を動かすことはいいことがいっぱい!!



身体を使うことって  
体にいいこといっぱい



## 次回のるりっこクラブ

2月のるりっこクラブは制作を行います。3月の行事、桃の節句の【ひな人形】を作りたいと思います。お雛様とお内裏様にはどんな着物が似合うかな?自分だけのひな人形を作ろう!! そのあとは、1年間楽しんだことを思い出しながらみんなで【さよならの会】をしたいと思います。1年間仲良く遊んだみんなの今後の成長を楽しみにしています。

