

ごろごろボーリング

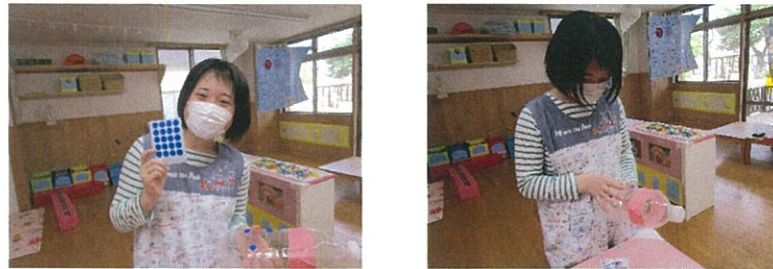


使うもの・・・空きペットボトルや積み木など

- ★動きながらバランスを取っていく力を育みます。
- ★進みたい方向を意識して体を動かすことで、体のイメージや動きをコントロールする力を育みます。

キーン!!
ストライク!!

ペットボトルの本数を増やしてもイテる

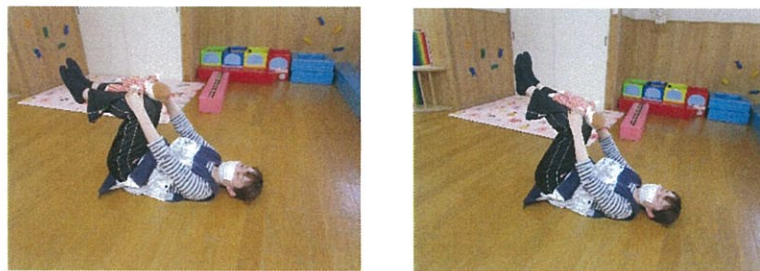


ペットボトルにシールを貼ったり、テープを貼ったり、楽しい制作にもなります♪

なにが出来るかな...??
マラカスカ
できたよ!!



ひこうき! ぶ〜ん!!



- ★姿勢を保つ力を育みます。

お父さん・お母さんのちょっとした運動にもなりますよ~!

これで腹筋も
バキバキ
まちがいたよ!!



ふうせんマット



使うもの・・・風船、圧縮袋

作り方・・・膨らませた風船を圧縮袋に隙間なく、詰めていきます。最後に空気を抜けば完成!!
思いっきり乗っても割れない不思議なマットです。

- ★不安定な場所で姿勢を安定させる力を育みます。
- ★揺れや高さへの不安感や怖さの軽減につながります。

※しっかり空気を抜いてね! 割れないポイント



大人がのっても大丈夫!!

タオルつり



使うもの・・・タオル

- ★しっかりと握る力を育んだり、揺れを楽しみバランスを取る力を育みます。
- 幼児さんの場合はお子さんが引っ張ってみても楽しいですよ!

兄弟がいる人は、
みんながつかまっても
もちろん大人が
つかまっても♡

ぜひ、ご家庭でお子さんと一緒に遊んでみてくださいね~~!!
感想やご意見お待ちしております!

