

親子で身体を動かし、わくわくする時間をすごしませんか??

生活環境が便利になり、子どもたちは、テレビやゲーム等、家の中で遊ぶことが多くなってきています。運動が苦手、不器用、人との関わり方に不安がある等は、運動神経が悪いのではなく、幼児期からの、遊びの時間・空間・仲間が少なく、経験不足なのです。そこで幼少児期に身につけたい運動スキルの入った、楽しい運動遊びを提案します。子どもは大好きな家族と一緒に身体を動かし、ふれあうことで、安心して運動や人に関わることができるようになります。富山大学のお兄さんお姉さんも、遊びのリーダーとして一緒に遊びます。たくさんの運動遊びを、親子で、お兄さん、お姉さんと一緒にわくわくしながら体験してみませんか。

幼児期は神経型がいちばん発達する時期！

特徴

この時期に身につけたい以下の運動スキルを遊びの中にたくさん取り入れ、体験します。

移動系



はう、歩く、走る、登る、降りる、スキップ、ホップギャロップ、跳ぶ、よじ登る、くぐる等

平衡系



腕で支える、座る、かがむ、立つ、片足立ち、バランス立ち、乗る、渡る等

操作系



つかむ、つまむ、放す、投げる、蹴る、打つ、つく、受ける等

非移動系



押す、引く、ぶら下がる等

☆コロナで家にいることが多くなりました。月に1度は楽しく運動しましょう!

