

# 日南町コミュニティ・スクール通信

# RESONANCE

## レゾナンス（共鳴）



### こども園

連絡先：MAIL [s0310@town.nichinan.lg.jp](mailto:s0310@town.nichinan.lg.jp) CALL (0859)82-0626 FAX (0859)82-0520

秋も深まり紅葉の季節となりましたが、身体を動かすことはどの季節においても気持ちの良いことです。

今回はノルディックウォーク、運動遊びの紹介をします。そもそも『足』は第二の心臓と言われ、『足』を動かすと血液の流れが良くなり身体がポカポカしてきます。そして、しっかり食べることで栄養も全身にいきわたり、元気に成長していくと言われています。またノルディック・ウォークでは、足指にも力を入れ、身体を大きく使うことで正しい姿勢でのウォーキングにもつながります。

今年度の運動遊びでは、日南スポーツクラブの皆さんにお世話になり、様々な身体の使い方を含んだ運動を体験させて頂きました。その中から、「運動会でもやりたい！」と子どもたちの意欲ある発言から、各園でそれぞれ実施されました。

### ノルディック・ウォーク日南支部の皆さんと一緒に…



### 日南スポーツクラブの皆さんと運動遊び！



今年度取り組みの中で特に、「もっと歩きたかった」「次は何をするの？」と興味を持ち、自分から対話を深める姿が見られたことが印象的でした。その言葉やつぶやきを大人が汲み取り、生活に生かしていき、子どもたちの「今」をもっとキラキラ輝かせていくこと。そして同じものに興味を持ったり、一緒に考えたりして同じ目線に立って共に楽しむこと。それが園の理念である「共存共栄」につながっていくと改めて感じました。