

夢ぐみ クラスだより 11月号

平成 29 年度 おおな愛児保育園



今月のわらべうた

- ・かれっこやいて
- ・おつきさま
- こんばんは
- ・動物の広場

・体を動かす事が活発になってきた夢ぐみさん。
斜面マットやソフトマットなど、登ったり、降りたりと体のバランスを取りながら毎日楽しんでますよ！！

☆数の木☆

握る・つまむ・押す・引っ張る・通すなどの行為は指先や掌、手首、肘の微細な機能練習遊びです。

視覚、触覚を沢山使うこと、経験する事で、しなやかな身体と器用な子どもにも育っていきます。

リングを自分で選んで好きなところに入れて楽しんでます。真剣な さんです。



元気な1日は

朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

① **炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!**
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

② **たんぱく質で体温を上げる**
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。

③ **野菜を食べてビタミン補給**
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!



今月のわらい

・安全に配慮しながら体を十分に動かして楽しみ、満足して過ごせるようにする。

保育内容

・大人とのふれあい遊びやわらべうたを通して、全身を使って体を動かして楽しむ。

・入園して早1ヶ月の くん。

初めは、緊張と不安で大人との関わりで遊んでいましたが、今では、安心して少しずつ大人から離れて、遊ぶ姿も見られる様になりました。



・つまみパズル

「形を作る」という視覚的・触覚的に感じられる玩具で、「はまった!できた!」という達成感が楽しさを倍増させるパズルです。

真剣に形をはめようと目で見て触りながら探してはめている さんと さんです。



お知らせ

- ・先月 10/21(土)運動会の日のご協力ありがとうございました。
- ・12/9(土)に行われる、「親子でわくわく会」では、運動遊びや、わらべうたを行う予定です。親子で楽しく過ごせる時間を持ちたいと思いますので、一緒に楽しみましょうね!!