

～総合的に体を育てるサーキットあそび～

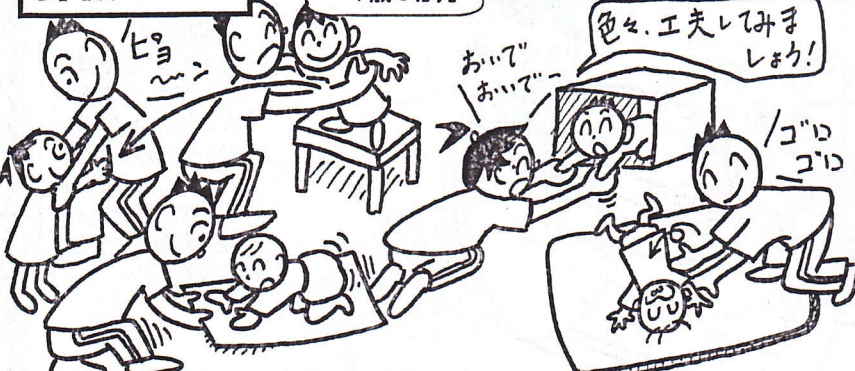
サーキットあそび

【ねらい】

よじ登ったり飛び降りたり、転がったり、色々な運動を総合的に繰り返してできるのが「サーキットあそび」です。身の回りにあるものを工夫することであそびのバリエーションも膨らみます。

探検ごっこ

6か月
～1歳3か月

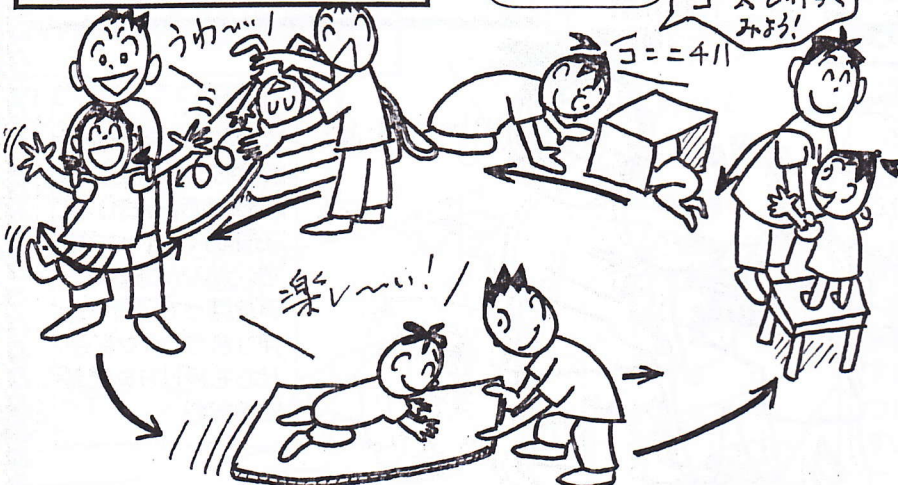


【やり方】

身近にあるものを工夫してあそび道具にしてみましょう。転がる、跳ねる、くぐるなど色々な種類の運動を考えると良いでしょう。

探検サーキットあそび

1歳3か月
～2歳未満

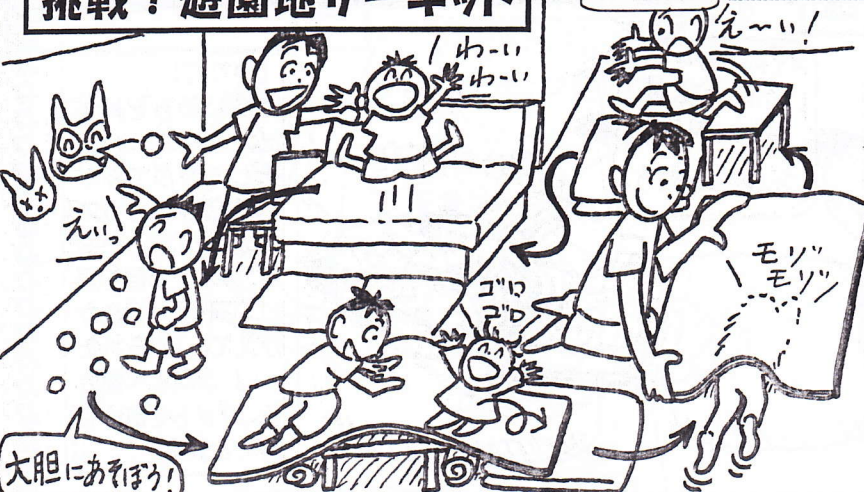


【やり方】

身の回りのものでいくつかあそび方を見つけたらそれらをつなげていきましょう。「探検に出かけよう。」とわくわく感が増します。

挑戦！遊園地サーキット

2歳以上



【やり方】

お部屋全体を使ってのサーキットあそびです。大人がいる所が盛り上がります。まるで遊園地の様に、「さあ、お舟が出ますよー」とか「飛び降り遊び始まるよー」などメリハリをつけて盛り上げると良いでしょう。