

こうふキラキラきっず



令和5年12月10日(日)に開催された「こうふ健康フェスタ」内において、「親子運動遊び教室」を行いました。当日の様子を一部ご紹介します。

- 甲府市 運動遊び通信 特別版 -

- プレイリーダーは「真砂野マン」こと真砂野裕先生です。
真砂野マンにジャンケンで勝てるかな？勝った君は天才です！



- 両手を広げ片足立ちのまま体制をキープ
膝を曲げたり、前のめりになったり、
いろいろな体制で10秒間耐えられるか
チャレンジしてみよう！



- 大根引っこ抜き遊び
子どもたちが大根役になって、引っこ
抜かれないように頑張ろう！
身体のどこに力を入れれば良いかな。



- バスに乗ってみよう
保護者がバス役になって、子どもたちがバスに乗ってみよう。
「バスに乗って揺られてる」を歌いながら、右に左に揺れるよ。
振り落とされないように頑張ろう。バスも頑張れ！



- 山梨大学の中村先生より、
「子どもにとっての遊びの重要性」などについて、保護者向けに説明いただきました。



- 「キラキラボール」を作ってみよう！
アルミホイルと新聞紙で簡単に
作れるよ。キラキラボールを傘袋
の中に入れて、遠くまで飛ばして
みよう。



● 子ども45名・保護者40名の計85名の親子の皆様にご参加いただきました！
是非ご家庭でも親子一緒に楽しんでみてください。

講師：中村 和彦 先生
(国立大学法人山梨大学 学長)

YBS山梨放送「ゴリラパンダ」ダンス
NHK 2020応援ソング「パプリカ」ダンスなどを監修



講師：真砂野 裕 先生
(東京都昭島市立光華小学校 校長)

日本トップリーグ連携機構 JTLプレイリーダー
ミズノ株式会社 プレイリーダーマイスター