

森のたより

8.1.2016

先月の多子社会と少子社会の続きです。今回は心と体について。

3才、4才と違って大きな子どもたちはハートのマークが大好きです。冬の土粘土遊びではハート型のコップやブローチ、花筒の下絵も赤いハートが描かれます。でも窯の中でもより高温の場所では赤色はほとんど燃えてしまい、残念な結果に終わることもあるのですが、ハートの形に子どもたちは何をイメージするのでしょうか。愛情とか、友情でしょうか。いずれにしても「ココロ(心)」の中身？ぼんやりしてるけど大切なモノが思い描かれているように思います。

一方で「カラダ(体)」はどうでしょう。数年前に山梨大学の中村先生は「最近の5歳児の運動能力は25年ほど前の3歳児とほぼ同じ」というショッキングな発表をされました。又NHKでは「広がるロコモティブシンドローム予備群」などと番組をつくり、かなりの確率で子どもの骨や筋肉などの「運動器」に疾患のある恐れがあるなどと伝えていきます。

多子社会の子育てと少子社会の子育ては同じではダメなようですね。毎日体操の有益さは又後日お伝えしますが、心と体はバランス良く成長発達していかななくてはなりません。

ある夏の午前中、セミの鳴き声に答えるように夏の日差しが光り輝けば、大人の顔を見なくても、さあ着替えです。順番に30分、園庭での水遊びに遅れなく参加したいので、余りあわず水着に着替えたいものです。水遊びが終われば、体を拭いて普段の衣類に着替えなくてはなりません。楽しかったことをおしゃべりすることも大切ですが、お部屋で中断していたあそびも続けたいのです。火照った体に服が気持ちよく、さっさと着替えをします。

このように園服→水着→園服という行為の切り替えには、「先ず、次に予想できることをに見通しをもち、気持ちの切り替えを行い、その次に行動がなされ」ます。心と体は実にバランス良く子どもを成長、発達させます。実に、この働きの全ては脳で決定されます。

子どもの脳は乳児期に80%、6才までに90%発達するなどと言われています。子どもたちの脳は毎日毎時いつも大活躍をしているのです。

ながらこどもの森では長良保育園の時からのおひるね(午睡)を今も継続しています。0才の子から5歳児の11月末日まで毎日です。多くの幼稚園では午睡の時間がないので幼保連携認定こども園になれば午睡はなくなるのではないかと思われたかもしれません。

午睡の役割は二つあります。一つは体の休憩、もう一つは脳の休憩です。

園での日常は課業の時間や毎日体操の時間さえ自由参加ですから、多くの時間を自由にすごしている子どもたちです。自由に遊んでいるだけだから気楽なモノだと大人は考えてしまいます。しかし、実は自分であそびをつくるのは決して容易ではありません。自分の立場をしっかりと理解しなければ、教えてもらうことや教えられることはできません。ほしいオモチャがあれば交渉して譲ってもらうか、強引に奪い取るか、そんな迷いもあります。でも隣にいた子によってその不正行為が問題にされて思わぬ結果を招いたり、自分の正当性を言葉にして大人に伝えることもします。もちろん、小さな子への配慮や思いやり、仲のよい子への気配りや協調、大きな子への忠誠や反発等々様々な人間関係からおきるトラブルも乗り越えなくてはなりません。

先生が「みんなで〇〇をしましょう。」と呼びかけ、一斉に同じことをするのは、ダメな見本も良い見本も隣にあるわけですからより良く修正することも可能です。でも自分で、或いは自分たちで選んだ遊びは独創的になりがちで見本が近くに見当たらないことも多いわけです。より楽しく遊びにはどんな工夫が必要なのか、そういう時のために大人がいます。困ったときには大人の意見を聞くことが出来るのです。

午睡は、そのように午前中働きづめに働いた脳を休ませるのです。実際、秋になると体力がついてきた5歳児で眠る子は少なくなり、コットの上で静かに休憩する姿を見ることが多くなります。ランチを食べてゆっくり休ませた脳は、おやつで糖분을補給し目覚めて、又働き始めます。脳が働いているときは集中力も増すので静かになります。

お子さまが騒いでいる時と静かにしている時(タブレットやスマホでゲームをしている時ではないことを祈りますが)じっくり観察してください。集中しているときは良い顔してますよ。

な が ら 
こ ども の 森

hokendayori

“長時間、外で直射日光にさらされると起こるのが日射病”
“長時間、蒸し暑い場所にいたために起こるのが熱射病”
それらの総称が**熱中症**です。

予防するには

- ① 昼間、外に出るときは、必ず帽子をかぶりましょう。
- ② 長い時間、炎天下で遊ばないようにし、日陰で休憩しましょう。
- ③ 日差しの強い時間の外出はなるべく避けましょう。
- ④ 水やお茶、イオン水など適切な水分・塩分を補給しましょう。

などが効果的のようです。

どれもこれも言われればあたりまえなのですが、自分自身で気をつけることが出来る大人とちがって、子どもたちは自分自身でコントロールできません。

つつい「休もうね」と声を掛けることが遅れてしまい、グッタリしてしまつては大変です。

園では、**まず水分補給をしてから**プールあそびや屋外あそびをします。

遊んだあとに水分を補給するより遊ぶ前の水分補給が効果的です。

今月の行事予定

3日 長良高校から体験学習

4日 **異文化交流**

6日 以上児担当職員園外研修

10日～20日 夏期休暇

こども園になり「夏期休暇」を設けてあります。

17日・19日 発育測定

24日 なつまつり

地域の民生児童委員の皆様

ご協力いただきます。

26日 避難訓練

水遊び・プールあそびのシャツについて

園では水遊びやプールあそびの時にシャツを着用するように勧めてきました。

これは紫外線から肌を守ることを主な目的としています。

しかし、昨今の不順な天候下では気温は高いが日差しが少なかったり、涼しい風の日があったりします。又、乳児のテラスではア社[®]-社製の高性能な遮光シートが設備できたりして状況が変わってきました。

ぬれた衣類を着て日照が少なかったり、涼しい風に当たると体温を急速に奪われてしまうこともあります。

以上のようなことから、

今月から、0才、1才のクラスはシャツの着用を止めます。

又、2才以上のクラスにおいては、毎日の気温、日照などに十分注意をしてシャツを着用しない日もありますから、ご了解いただきますようお願いいたします。



Yo
Ko
ku

①9月9日、フレベル乳幼児教育研究会主催の公開保育が本園で開催されます。今後の教育・保育内容の向上に役立てようと以上児の3クラスの午前中の日常を公開しますのでご了解をお願いいたします。

②9月24日(土曜日)午前中運動会です。

会場は長良中学校の東側。

「福光緑地」で開催予定です。