

# きらきら体操



## きらきら体操とは・・・？

心身ともに健やかな成長のために、身近な大人と一緒に体を動かすことで楽しみながら健康力をつける乳児・幼児のための親子体操です。

スキンシップを大切に！

信頼関係を育みながら体を動かす事を楽しむことを大事にしています。

## きらきら体操を行ってみよう ～流れ～

- ① 始まりの挨拶（礼節）
- ② ストレッチ
- ③ どうぶつ体操（アートチャイルドケアオリジナル体操）
- ④ きらきら体操（月のテーマにあわせます）
- ⑤ ストレッチ
- ⑥ 終わりの挨拶（礼節）



号 外 2

2014.7

① 始まりの挨拶



② ストレッチ



③ どうぶつ体操



④ きらきら体操



⑤ ストレッチ

⑥ 終わりの挨拶

写真のような流れで「きらきら体操」を保育の中に取り入れ、楽しんでいます。2歳児のお子様の真似をして、1歳児のお子様達もだんだんと出来るようになってきました。