

由木のびのび通信

No 173 令和2年2月15日 由木保育園



今年は暖冬で例年よりも冬を感じる部分が少ないですが、子どもたちは散歩道の霜柱や氷を発見するなど、自然の変化を楽しんでいます。感染症に負けず、元気に過ごしていきたいですね。

お家で作ったおもちゃで遊ぼう！世界でひとつだけのおもちゃ

紙コップフリスビー



楽しみながら運動神経を鍛えられるフリスビーは、小さなお子さまにもおすすめのおもちゃ。

ゆるくのんびり遊ぶイメージのあるフリスビーですが、じつは遊びながら全身運動ができてしまう優れもの。「相手に向かって狙いを定めて投げる、どこに飛んでくるか察知して予測点まで走る」。この繰り返しは、頭と体の連携をスムーズにするトレーニングであると同時に、無理のない有酸素運動となります。



材料

- 紙コップ 2個

道具

- 色鉛筆
- セロハンテープ
- ハサミ
- 定規



- ① 紙コップを重ねる
- ② 定規で8等分になるように印を付ける



- ③ 印を付けた場所の底までハサミで切り込みを入れる



- ④ 内側同士を向けてセロハンテープではりあわせる



- ⑤ 色鉛筆などで周りに装飾をする
完成！