



志紀おおぞらこども園 第15号

発行者：岡内郷子 2024、11、15

志紀中学校と龍華中学校の生徒が、こども園にきてくれ、子どもたちは大喜び！！将来、保育教諭をめざす生徒の職業体験であったり、家庭科の単元の『保育』での交流だったり、内容とねらいは様々ですが、毎回子どもたちは大喜びで中学生たちとふれあっています。

中学生も、学校でみせる表情とは違うようで「あんな表情、学校で見たことはありません」という学校の先生からのお話もお伺いしました。(笑) 子どもたちを前にすると、不思議と心が開放されて笑顔になるんですね。これからも、まだまだ交流を予定しています。どんな心が豊かになること間違いなし！！楽しみにしていてくださいね。

～中学生とふれあってます～

ゆったりかわってもらって、優しい空気が流れていました



乳児園庭では、どんぐり転がしや砂場で遊びました

いつも中学生の周りは、園児がいっぱい！

大きな中学生がランチホールに勢ぞろい！圧巻でした。

ふれあい遊びを一緒にしました

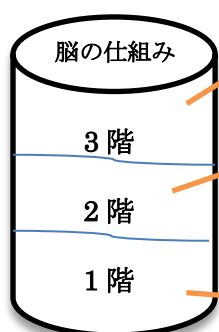


こどもの生活リズムと成長について

日本は世界で1番睡眠時間の短い国と言われています。特に都会の子どもほどその傾向にあるようです。本来、人間は、昼行性の動物です。昼と夜の区別をつけられるのは、生後4か月頃。だから、そのころまで赤ちゃんは夜泣きあるようですよ。(納得ですね) また、必要のない言葉が脳から消えていくのも、8か月頃から始まるようです。(わあ、これは怖い話です(笑))

人間の体内時計は、地球の時間より少しだけ長いので、朝起きてすぐにカーテンをあけて日の光を浴びることで、体内時計がリセットされるようです。一日リズムよく過ごすためにも、ぜひ“朝起きたら一番にカーテンを開ける”を、やってみてください！！

そして『なぜ幼児期に遊びを大切にするのか？』という、人間は6歳頃に脳の神経系の85%が出来上がるようです。なので、幼児期の子どもは、豊かな環境の元、心や体をいっぱい動かして遊ぶことが大切になります。そうすることで、神経回路に様々な刺激を与えてその回路をさらに張り巡らせようと多様に形成していくようですよ。



3階は、考える脳→遊びがこの部分を育てます。論理、判断、コミュニケーション、思いやり、創造力、おもてなし・情けを感じる部分です。

2階は、心の脳→喜怒哀楽を感じます。味・臭い・記憶・感じる部分です。

1階は、生きるための脳→この脳が死ぬと脳死になります。呼吸、体温、心拍、睡眠、消化、覚醒です。

人間の脳の仕組みです。

1階の“生きるための脳”がしっかりしていないと、2階3階部分もゆらいでしまいます。このことから生活リズムって大切なことが分かりますね。

また、こんな調査結果もあります。

大人になって気持ちを強くもてるかもてないかを調べた結果、幼児期に砂遊びを経験して子どもの方が、気もちを強くもてる傾向があるというデータ結果もあります。まさに、本園が大切にしている“環境を通した遊び”がこの部分にあたりますね。これからも、一人ひとりの子どもたちの内面を見とりながら、丁寧に保育を進めていきたいと思っています。