体験活動参加型＋子育てサロン型（乳幼児学級）

学 校 名 等	郡上市白鳥乳幼児家庭教育学級（タンポポ学級）
実 施 日 時	平成２７年８月２０日（木）１０：００～１１：３０
会　　場	白鳥ふれあい創造館
参 加 人 数	学級生２２組
学習課題（分野）	親子ふれあい活動（親子ヨガ＆子育てサロン）
運営者の願い	ヨガを通して、心と体をリフレッシュし、学級生同士の交流を深めたい。また、親子ふれあい活動を通して、子どもの成長を見つけ、グループで交流し、子育てのヒントを互いに学び合ってほしい。

学　習　の　内　容

＜あいさつ＞　学級生代表

・あいさつ、学習内容の説明、講師紹介。
・学びのテーマについて説明。
　※「親子ふれあい活動をしながら、子どもの成長を見つけ、グループで交流会をする」という学びのテーマを伝えてからスタート。

＜親子ヨガの様子＞

＜親子ヨガ＞　山本　久実　氏　（ヨガインストラクター）

・心も身体もリフレッシュするために、ヨガのポーズとその効果。
・無理をしない休息のポーズと呼吸法の説明。※呼吸を整える→心も整える
・軽くストレッチ→足、足先、関節、手首、肩などを、ゆっくり気持ちよく伸ばしたり、まわしたりする方法の説明と体験。
・背中、肩、腰など縮こまっている身体を伸ばし、ゆるめて広げる方法の説明と体験。
　※具体的に手本を示しながら、分かりやすく丁寧に説明。
・ねこのポーズ→だんだん難しいポーズへ　※簡単なポーズから順に段階を踏んで説明。
・立ってできるポーズ、椅子（壁）を使ってできるポーズ。
　※個別にアドバイスをしながら、個に応じた指導。
　※家や親子で行う場合の説明も加えながら、家庭での実践につなげる指導。

＜手遊び歌の様子＞

＜英語の手遊び歌＞　学級生　清水　悦子　氏

・手本を示しながら英語の手遊び歌を紹介し、親子で体験。
・♪Head　and　Shoulders♪など、乳幼児も、体を動かして楽しめる手遊び歌を実施。
　※本格的な英語の発音で説明され、外国の手遊びの雰囲気になっていた。

＜子育てサロン・グループ交流「子どもの成長や子育て交流」＞

　※グループ交流の場所が予め設営してあり、ヨガ体験後、スムーズにグループの場所に移動して意見交流会が進められた。今日の活動で見つけた子どもの成長だけでなく、日々の生活の中で感じた子どもの姿についても交流されていた。

＜閉会のあいさつ＞　行政担当者　学級生

・あいさつ　次回の案内やお知らせ。　など

＜参加者の感想＞

・ヨガをして、体も心もリフレッシュできました。ストレッチの時、子どもも真似をして一緒にやっていたので、わが子の成長を感じました。
・子どもと歌や遊びができて楽しかったです。前よりも、子ども同士で遊んだり、活動したりすることが増えてきて、成長を実感しました。
・身体がストレッチできて、とても気持ちがよかったです。ポイントを覚えて、家でもヨガをやりたいと思います。

＜体験活動参加型に学びをプラス＞

①親子ヨガ
②英語の手遊び
＋
③グループ交流会

体験活動参加型として、①親子ヨガと②英語の手遊びを体験し、その後に、③グループ交流を実施。親子ふれあい活動をしながら、「子どもの成長を見つける」という学びをプラスし、最後の意見交流会のテーマとして話し合い、子育てについて、互いに学び合うことができるよう、組み合わせて実施されていた。

＜みんなで創り上げる学級＞

英語の手遊びは、学級生が先生となって、本格的な発音で歌ったり踊ったりして、楽しい体験が進められた。

学級生の特技や趣味などを生かして、みんなで創り上げる学級運営がされていた。

＜子育てサロンの様子＞

＜会場設営の工夫＞

予め会場設営されており、３つの学習内容（親子ヨガ、手遊び、意見交流会）で、お母さんのリフレッシュ、親子のスキンシップ、わが子の成長交流会が、円滑に進められた。