

# R8.5.11 (月)

## 年長組 保育ドキュメンテーション

### 剣道はじまりました

月かげ幼稚園恒例の年長組の剣道がスタート！  
今日は剣道の基本を園長先生に教えていただきました。

でもその前に…

剣道に必要な準備をお部屋で整えました。

ポロシャツをズボンに  
しまっているかも  
一緒に確認！

- 1.ズック・靴下を脱ぐ
- 2.手ぬぐいを結ぶ

先生のお手本を見て  
早速手ぬぐい結びに挑戦！！



できたよ❤️



やってみただけど難しかった💧  
先生に手伝ってもらいながら  
頑張りました！

# いざ!

剣道の基本は正座で話を聞くこと。  
まずは座り方と立ち方をやってみました。



立ち方は座る時と逆にするよ!



**立った時にかかとをくっつけて  
気をつけの姿勢になると◎**

# 園長先生の真似をして やってみよう！



こんな感じかな？



左から？  
…あれ？



よく見て真似できているね◎



右手どっち？左手どっち？  
意識しながら手を挙げます



続いては



右向け右！左向け左！  
あれれ…みんなとちがう  
向きになっちゃった!?  
左右も少しずつ覚えよう！

# 次はぐらぐら我慢



好きな方の足で片足立ち！  
ピクリともしなかった  
Kちゃんがチャンピオン✨

**ぐらぐらしないためには体幹が大事！！**

## あいさつのしかた

**両手で三角を作る**



**三角に鼻を入れるように  
頭を下げる**

**「おねがいします」  
「ありがとうございました」  
は、短くかっこよく！**





## ～黙想～

心を静めて目をつむる。  
今日やったことを頭や心の中  
で静かな気持ちで振り返る大  
切な時間。

最後まで正座で話を聞き、手ぬぐいを外して  
畳むまで頑張りました！！



ずっと楽しみにしていた剣道。ステージの園長先生の隣には竹刀が置いてあったり、昨年度の年長組の剣道修了式を見学していたこともあり、僕たち私たちが…と思った子も多いかもしれませんが、今日は剣道の基本である大事なことをたくさん教えていただきました。覚えることが多く、終わった後の素直な感想は「楽しかったけど疲れた～」でした。知らないことだらけの中、一生懸命取り組む姿はさすが年長組さん♪

①話を聞くこと

②礼に始まり礼に終わる（あいさつを大事にすること）

③正座をする（我慢すること・体幹を鍛えること）

今日一番最初にお話があったこの3つを1年間頑張っていきたいと思います。