



朝の冷えた空気が、身も心も引き締めてくれるような新年のスタート。気持ちを新たに今年も元気に過ごしたいですね。

これから始まる新しい一年が、お子さまとご家族の皆様にとって、笑顔があふれる素敵な年になりますよう心よりお祈り申し上げます。パレットのスタッフ一同、今年も温かく



丁寧な療育に励んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

パレットの療育では
どんなことをしているの？



今日のサーキットのコースは
こんな風になっているよ♪
いっぱい遊んでね。



パレットの療育プログラムはこのような
なっています。今回は、パレットで行ってい
る療育の中の「サーキット」についてご紹介
したいと思います。

- ① にもつのかたづけ
- ② **サーキット**
- ③ おあつまり
- ④ かつどう
- ⑤ おやつ/おべんとう
- ⑥ はみがき
- ⑦ じゆうあそび
- ⑧ かえりのかい



はしごのぼり

手足をしっかりと使って前に進みます。体にぐっと力を入れる感覚を使います。左右の手足をどんな順番で動かすと上手に進めるかな？など運動を計画する力も育てます。



トランポリン

ジャンプしながら体が揺れる感覚を楽しみます。体を支える体幹の筋肉をしっかりと使うので、姿勢を保つ力がつきます。

サーキット遊びでは、コースの流れの中で遊びながら楽しく運動することが出来ます。遊びを通して様々な感覚刺激を取り入れ、自分の体の使い方や力の加減、物の扱い方などを学んでいきます。自分で動いて経験するからこそ、子どもの発達や成長につながります。子どもたちに合わせてコースの内容も設定することができるため、安全に、そして子ども達がチャレンジしたくなるような運動課題を考えてコースを組みます。「やった！できた！」という成功感を味わうことが何よりも大切です。お父さん、お母さんも一緒に遊びながら、子どもたちの「できた！」の瞬間を共有してもらいたいと思っています。



バランスボール渡り

フワフワしたボールを足の裏でしっかりとらえ、バランスをとりながら歩きます。足底からの刺激は特に運動能力の向上につながります。転ばないように、体を支えながらしっかりと踏ん張れる力が必要です。



風船ジャンプ

目的の風船を見ながら、高く跳ぶために体を屈めて、力をためてジャンプします。着地で体にぐっと力を入れしっかりと止まる、ということも意識します。