

1月子育てワンポイント

『お家遊びをたのしもう』

雨の日や外に出られない日、子ども達の退屈そうな顔に困ったことはありませんか？そんな時こそ、家の中でワクワクする冒険が始まるチャンスです！

室内遊びは、体の小さな筋肉や脳を使うことで、手先の器用さや思考の柔軟さを育む効果があります。外遊びと室内遊びをバランスよく取り入れることが、子どもの成長に大切です。

そこで、いくつか室内でできる遊びを紹介します。

①0歳～1歳

五感の中でも、「見る」「聞く」「触る」が大切です。

ペットボトルにビーズやお米を入れ、蓋をしっかりと閉め、音を鳴らしながら「カラカラ音が鳴っているね」など声かけをしてみてくださいはいかがでしょうか。



②2歳～3歳

「手先」と「感覚統合」を育む遊びが大切です。

例えば、ライオンの絵を描いた丸い画用紙に、洗濯ばさみを挟んでいくことにより指先の発達にもつながります。

また、挟んでいきながら段々と終わりが見えてくるので、達成感を味わうこともできます。



お家にあるクリップでも遊べますよ♪

③4歳～6歳

「ルール理解」と「想像力」が大切です。

4歳になると、簡単なルールであれば理解ができるようになります。絵合わせゲームは、記憶力の発達やルールを守りながら遊ぶことができます。

また、ゲームを始める前のじゃんけんには、負けて悔しいという感情も出てくるかもしれません。その時は、子どもの気持ちに寄り添ってあげましょう。

1月は手足が冷えて寒い季節となります。手先を刺激し、心地良い温かさを感じるわらべうたを取り入れて、親子で歌いながら触れ合ってみてはいかがでしょうか。色々な体の部位を触るため、心地良い・くすぐったい・ホッとするなど様々な感情を経験することができます。

お家遊びを紹介しましたが、大切なのは子どもが何に興味を示すかです。大人が遊びを決めてしまうのではなく、日頃の子どもの様子を観察し興味があるものを取り入れてみてください。時に、準備したものに興味を示さなくても、大人が楽しむ姿を見せることによって、興味・関心が芽生えてきます。

子どもの主体性を生かしながら、お家遊びを楽しみましょう。