


～冬のあそび ～

2月は一年で一番寒い月。天気の良い日に少しの時間公園に出られるといいけれど、風が吹く戸外にでるのは気合がいらいますね。おうちの中でも遊びは無量大に広がります。工夫しながら寒い冬をのりこえましょう。

室内遊びのヒントをご紹介します。



① 【指先遊び】

子どもは「穴に落とす」ことが大好きです。「落とす」遊びは発達によって変化していきます。(0～1歳児)は少し高さのあるタッパーと積み木など(つかみやすいもの)を用紙します。タッパーのふたに落とすものより一回り大きな穴をあけて落とします。(2歳児)はレベルアップ→500mlのペットボトルのふたにストローより一回り大きな穴をあけてストローを落とします。

② 2歳半ごろからハサミを使えるようになってきます。画用紙を細長く切ったもの(1×7cm)を用意し子ども用のはさみで一回切りにできるようにします。いろいろな色で切ったものを丸い画用紙に貼ってピザに見立ててままごと遊びに発展したり、(おうちの人を手伝いながら)広告の食品や車などを切りとり、お店屋さんごっこもできます。

③ 布団やクッションを利用して、乗り越えたりころがったりくぐったり。少し広い空間があれば、それらを組み合わせてサーキット遊び(さまざまな遊びを組み合わせるコースにし、周回しながら運動する遊び)も楽しいです。

④ おうちの中でのボール遊びは、やわらかいボールが扱いやすいです。新聞紙をまるめる・ビニール袋や風船などを利用しましょう。

⑤ 体を押しあって【おしくらまんじゅう】あそび
時には動画を利用して一緒に【ダンス】



⑥ 【ふれあいあそび】

スキンシップがとれるふれあいあそびは、体の感覚を養うほか、安心感や心地良さを得られる大切なものです。ふれあうことによって幸せな気持ちをもたらすオキシトシンの分泌が高まるといわれています。また絵本の読み聞かせも親子の穏やかな時間です。

好きな歌をうたいながら、ひざにのせて上下(高い山低い山)・縦横ゆらゆらする(おふねがぎっちらこ)、わらべうたあそび(ちよちよちあわわ・いっぽんばし・せんたくなど)。

※直径39mm以下(トイレトペーパーの芯を通る)のものは誤飲する恐れがあります。

赤ちゃんに持たせないでください。また、ビニール袋や風船で遊ぶときは口をふさいでしまうことのないよう注意することと、割れたあとのものを誤飲しないように気をつけましょう!

