

親子でふれあい遊び

ふれあい遊びは親子で楽しみながら子どもの心と身体の成長を促すことのできる遊びです。

スキンシップをしてふれあうことは発達にも良い影響を与えます。

そして、一緒に行うパパ、ママにとっても心を穏やかにする効果があります。

ぜひ、すきま時間を利用して子どもと一緒にふれあい遊びをしてみてくださいね！

①一本橋こちょこちょ

「一本橋 こちょこちょ たたいて つねって なでて かいだんのぼって こちょこちょこちょ」
歌の中に「たたく」「つねる」など色々な刺激が入っており、遊びながらたくさん刺激することができます。
くすぐりは、子どもとのコミュニケーションにとっても良い効果があります。

②きゅうりができた

「きゅうりができた きゅうりができた さあ食べよう」
寝ながらでもできる遊びで赤ちゃんにもぴったりの遊びです。
きゅうりのお漬物を作る工程に合わせて、子どもの身体に「塩振ってぱっぱ」「いたずりキュキュキュ」などの刺激を与えます。最後は「いただきます」と言って子どもをくすぐったり、お腹やほっぺを食べる真似をするとお子様も喜びますよ！

③バスにのって

「バスにのってゆられてる ゴーゴー！」
子どもが大人のひざの上に座り、バスに乗ってお出かけする楽しい歌遊びです。
カーブで左右に曲がったり、デコボコ道で揺られたり、子どもの身体を持ち上げたりしましょう。

④あたま・かた・ひざ・ポン

歌に合わせて、身体の部位に触れていく遊びです。
最初はゆっくりと始め、だんだんスピードを早くしてみるなど、
自由にアレンジしながらやりとりを楽しみましょう。
歌詞にはない場所も触ってみたりして遊びを通して
自分の身体に意識を向け、身体の部位の名前を覚えることにもつながります。

