

体を使って遊ぼう



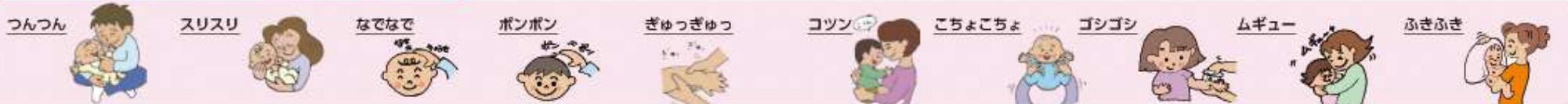
体を触ったり、動かしたりすると、その刺激が脳を発達させます。
子どもが楽しそうな表情をしているか、笑い声などの声をだしているか、反応をみましょう。
大人もいっぱい声を出して、一緒に遊ぶことを楽しみましょう。



コロコロからおすわりのころ (4~8か月頃)	ハイハイ・たっちのころ (8か月~1歳頃)	ヨチヨチ歩きのころ (1歳~1歳6か月頃)	トコトコ歩きのころ (1歳6か月~2歳頃)	走るころ (2歳以上)
---------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	----------------



体をいっぱい触ってあげよう



やってみよう

うつぶせ「手がとどくかな」



マットの上でゴロゴロ、コロンたかい・たかい



ゆらゆらゆらしあそび



ハイハイでおいかげっこ

布団のお山やソファをのぼったり、おりたり、机の下をくぐったり



抱っこして、足ツンツン

抱っこして、くるくる回ってみよう



おんぶやかたぐるまで散歩



手をつないで散歩

カタカタ手押し車

ひこうきブーン

ボールコロコロ

おいかげっこ



音楽に合わせてダンス



いろんなところを歩こう

じゃり道、芝生、凸凹道、お山、坂道、階段、水たまり・・・



いろんな歩き方をしてみよう

大また、ゆっくり、早く、時々止まって、後ろ歩き、かにさん歩き



かけっこ、「よーい、どん」

ジャンプ

お馬さんバカバカ

動物のまねっこ

お外であそぼう

- ブランコ、滑り台、大型遊具にチャレンジ
- 鉄棒にぶらさがってみよう
- 砂あそび
- 水遊び
- ボールあそび
- シャボン玉を吹いたり、追いかけたり
- 花や葉っぱ、虫・魚さがし



お手伝いも遊び

- お片づけ
- 物を運んでみよう
- 「とってきて」「もってきて」
- ふきふき、ふき掃除
- 野菜を洗ってみよう
- 洗濯物みっけ「靴下はどこだ?」
- タオルをたたんでみよう

