

# 子育てのワンポイント



## 体を使っていっぱい遊ぼう

歩くことがしっかりし、姿勢が安定してくると、とんだり、走り回ったり、木の下をくぐったり、でこぼこ道や草原を歩いたりなど、変化のある場所や自然がいっぱいの場所で遊ぶことが楽しくなります。

公園では、ぶらんこ、滑り台に興味を持ちはじめ、挑戦しようとしたり、砂場ではシャベルで砂をすくったり、コップに入れたりして遊ぶようになります。そんな遊びの繰り返しが運動能力の育ちにつながり、身のこなしが巧みになり、指先や手首の動きも滑らかになっていきます。

それには、こどもの「〇〇したい！」という気持ちの育ちも大切です。こどものあそびを「もう1回しようか？」

「あっちも行ってみようか。」と大人も一緒に遊びを楽しんだり、「おもしろいね～」「すごい！じょうずだね。」などの声かけをし、遊びの楽しさを共感していきましょう。

