

いっぱいあそぼう



0歳児の発達とあそび

福岡市立保育所

赤ちゃんにとってのあそびとは？

オムツを替えてほしい時、お腹がすいている時、抱っこしてほしい時など、自分の欲求を泣くことで表現する赤ちゃん。

周りの大人が、その欲求をかなえ、関わりを持つことで、赤ちゃんは愛され、守られているという安らぎの心を持つことができるのです。

この関わり(ふれあい)こそが、あそびの初めの一歩。

そして、見るもの、聞くもの、触るものすべてが赤ちゃんにとってのあそびとなるのです。

そのあそびを通して、赤ちゃんはいろいろなことに興味を示し、心も体も成長していきます。

まずは、にっこり笑顔で、頬ずりしたり、やさしく名前を呼んだり、声をかけてあげましょう。



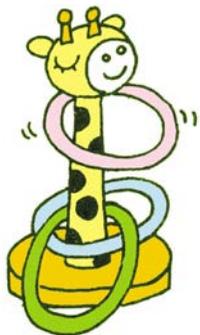
0～3か月の赤ちゃん



この時期の赤ちゃんは・・・

- ♪ 寝ていて自由に首の向きを変えるようになります。
- ♪ 目が少し見え、耳も聞こえてくるようになります、音のする方を見るようになります。
- ♪ あやされると声を出して笑います。
- ♪ 3か月くらいになると、手や指の運動が見られ、ガラガラを持たせると少し握ることができます。

関わり方のポイント



赤ちゃんは泣くことで意思表示をします。赤ちゃんの目を見ながら「〇〇ちゃん だーいすき」「〇〇ちゃん かわいいねー」など、ゆっくりやさしく話しかけ、たくさん抱っこするなどスキンシップを大切にしましょう。

ふれあいあそび

素肌にタッチ！

着替えの時やお風呂の後、暖かいところで赤ちゃんの肌を「きもちいいねー」と声をかけながら、優しくなでましょう。

子守歌を歌ってあげましょう！

赤ちゃんがなかなか泣きやまない・・・そんなときは、抱っこしてゆすったり、添い寝でトントンとリズムをとりながら、子守歌を歌いましょう。

- * ゆったりした静かな曲なら好きな歌でOK。赤ちゃんのそばで、ゆっくりと優しい声で歌ってあげてください。



赤ちゃんは、まだ首が座っていません。優しく接しましょう。

4～6か月の赤ちゃん



この時期の赤ちゃんは・・・

- ♪ 首がすわります。
- ♪ 腹ばいになると両手をつっぱります。
- ♪ 親しい人の顔を覚えて、だっこされたり、話しかけられるとにっこり笑うようになります。
- ♪ 目で見たいものを、手をのばしてつかむことができるようになります。

関わり方のポイント

赤ちゃんの顔を見てゆっくり話しかけてみましょう。

一緒に腹ばいになって向かい合ってみるのもいいですね。



手づくりおもちゃ

ゆらゆらペットボトル

<材料>

- ペットボトル
- ビーズ
- 水
- ビニールテープ



<作り方>

- 1 ペットボトルは、中をきれいに洗って乾かす。
- 2 ペットボトルの中に水とビーズを入れ、ふたをしっかりと閉める。
- 3 ふたが開かないように、上からビニールテープを巻く。



<遊び方>

- 立てたり転がしたりして、中のビーズの動きを楽しむ。
(水に水のりを混ぜると動きが変わっておもしろい。)



ふたが開いて中のビーズが飛び出すと、口の中に入れていたりして危険です。大きい子がふたのテープをはがしたりしないように十分注意しましょう。

ふれあいあそび

抱っこして揺らして遊びましょう！

「このこ どのこ」などのわらべうたに合わせてやさしくゆすって遊びましょう。最後にぎゅっとだきしめて！



顔にふれて遊びましょう！

「ここはとうちゃん」などのわらべうたに合わせて、赤ちゃんの顔にやさしく指でふれて遊んであげてください。

① ここはとうちゃん にんどころ
(子どものみぎほほを4回つつく)

④ ここはばあちゃん にんどころ
(あごをさわる)

② ここはかあちゃん にんどころ
(ひだりほほを4回つつく)

⑤ ここはねえちゃん にんどころ
(鼻の頭をつつく)

③ ここはじいちゃん にんどころ
(ひたいをつつく)

⑥ だいどう だいどう
(顔のまわりをくるりと軽くなでる)

⑦ こちょ こちょ こちょ
(脇の下をくすぐる)



7～9か月の赤ちゃん



この時期の赤ちゃんは・・・

- ♪ 寝返り、はいはい、おすわりができるようになります。
- ♪ 大人の行動や身振りをまねるようになります。
- ♪ 人見知りが始まり、親しい大人の後追いをしたり、姿が見えないと泣き出します。
- ♪ 親指と人さし指を使って、小さなものをつまむことができるようになります。

関わり方のポイント



あそびを通して知能が発達し、ことばが物や動作を表すものだとわかってきます。
一緒に楽しく遊びましょう。

手づくりおもちゃ

ころころであそびましょう

<材料>

- ラップの芯
- ビニールテープ



<作り方>

ラップの芯にビニールテープを斜めにまく。



<遊び方>

- はじめに大人がころがしてみせましょう。
- おいかけたりころがしたりして遊ぶ。



口に入れたりなめたりしないように、見守りながら一緒に遊んで下さいね。

ふれあいあそび

“いない、いない、ばあ！”で遊びましょう！

「じーじーばあ」

「じーじー」 ハンカチを顔の前にかざし、上下にゆっくり動かす。

「ばあ！」 ハンカチの後ろから顔を出します。
(※ 繰り返す)

「ちりん、ぼろんと」 ハンカチを左右にゆらす。

「とんでったー！」 ハンカチを軽く投げる。

ひざにのせて遊びましょう！

ひざに赤ちゃんをのせ、両手で身体を支えながら、歌に合わせてリズムカルに上下や左右に揺すります。

「うまはととし」「どっちんかっちゃん」

「ぎっこばっこ」

などのわらべうたに
合わせて遊んでみましょう。



赤ちゃんは体のつくりが未熟なため、強く揺さぶられると脳や視力に障害をおこすことがあります。優しくあそびましょう。

10～12か月の赤ちゃん



この時期の赤ちゃんは・・・

- ♪ はいはいが上手になり、つかまり立ちやつたい歩きができるようになります。
- ♪ 物を容器に入れたり落としたりしてあそぶようになります。
- ♪ 片言（マンマ、プープーなど）を言うようになり、自分のほしい物を指差して要求するようになります。
- ♪ 親指と人さし指を使って、小さなものをつまむことができるようになります。

関わり方のポイント

行動範囲が広がってきます。事故には細心の注意を払いましょう。また、大人のことばが少しずつわかるようになるので、ゆっくり話しかけながら一緒にあそぶことを楽しみましょう。



手づくりおもちゃ

でてくるボックス

<材料>

- ・ ふた付きの密閉容器
- ・ ハンカチや布
- ・ プラスチックチェーン等
あり合わせのもの
- ・ ビニールテープ
- ・ カッターナイフ



<作り方>

- 1 容器のふたにカッターナイフで穴を開ける。
- 2 器の中に、ハンカチや長い布などを入れる。



<遊び方>

- ・ 容器の中のハンカチや布・プラスチックのチェーンを、引っ張り出して遊ぶ。
*ハンカチは端をむすんでつなぎ、長くするとおもしろい。



ハンカチや布は、時々洗濯していつも清潔にしておきましょう。小さいものは口に入れると危ないので、気をつけましょう。

ふれあいあそび

くすぐって遊びましょう！

「いちり、にり」

「いちり（一里）」で足先にタッチ。

「にり（二里）」で足首にタッチ。

「さんり（三里）」でひざにタッチ。

「しりしりしり…（四里）」でお尻をこちょこちょ。

*赤ちゃんに期待を持たせるような口調でしていきましょう。

「一本橋こちょこちょ」

赤ちゃんをひざにのせ、歌に合わせて手のひらを触ったり、たたいたりして遊びます。

「いっぽんばしこちょこちょ、たたいてつまんで」
手の平を軽くたたいたりくすぐったりします。

「かいだんのぼって」
腕を上るように二本指を動かします。

「こちょこちょこちょー」
脇をこちょこちょします。



関節が未熟な赤ちゃんは、急に引っ張られると不意の動きに身体がついていけず脱臼してしまうことがありますので、気をつけましょう。