



てくてく日和 VOL.2

2021年1月8日(金)発行

豊岡市教育委員会
こども育成課

子どもは「そっと」が分からない! 大きな力と小さな力を使い分けよう

こんなこと、ありませんか?



幼い子どもはまだ、「そっと」や「ていねい」などの感覚が分からず、大人から見ると乱暴そうに見えたり、おおざっぱになってしまったりすることがあります。力加減や体の動かし具合を調節する感覚は、色々な経験の積み重ねで身に付きますが、親子の触れ合い遊びでも、楽しく育むことができます。

～力加減の感覚を育てるポイント～

その① 自分の体の力を感じよう

ぶら下がったり、引っ張ったり、体を支えたりする動きは、様々な力の入れ具合を経験することができます。力加減がつかみやすくなります。

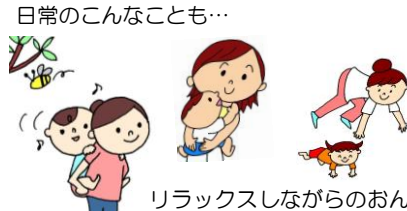
オススメ!



親子サルに変身!



タオルで思いっきり引っ張りっこ!



日常のこんなことも…

リラックスしながらのおんぶや抱っこ、ハイハイなども、自分の体の力を感じとる経験になります♪

その② ゆっくり慎重な動きを楽しもう

体をゆっくり慎重に動かす遊びは、注意力と抑制力が育まれ、人や物に対する体の動かし方や力の入れ方が上手になります。

オススメ!

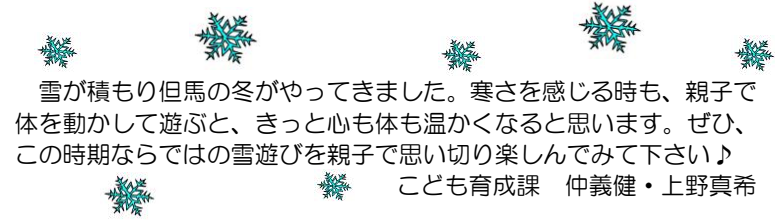


足丸太橋をゆっくり歩こう



息を合わせて運ぼう♪

親子で触れ合って遊ぶことで、様々な力加減を学んでおるのじゃな。力加減の感覚が育つと、人や物を大切に扱うことにも役立つはずじゃ。



雪が積もり但馬の冬がやってきました。寒さを感じる時も、親子で体を動かして遊ぶと、きっと心も体も温かくなると思います。ぜひ、この時期ならではの雪遊びを親子で思い切り楽しんでみて下さい♪

こども育成課 仲義健・上野真希



運動遊びのHPへ
とんでいくよ♪



Let's play♪親子でイチ！ニツ!!

どっちが強いか?

【身に付く力】バランス感覚

大人はあお向けになり、子どもは大人の頭をはさんで立ちます。

大人は両足を上げ、子どもは大人の足を床の方に押しします。大人は倒れないように我慢しましょう。

慣れてきたら、足を床の方だけでなく、右や左に向かって押ししてみましょう。

ここがポイント!!

押したときの反応を感じることで、自分の力を加減することを覚えます。



●●地域の親子運動遊び情報●●

各子育てセンターでは、下記の日程で親子ふれあい運動遊びを実施します。お子さんと一緒に汗をかいて遊びませんか♪是非、遊びにきて下さい。

- 1月24日(日) AM 子育て総合センター TEL24-4604
- 2月16日(火) AM 城崎子育てセンター TEL32-4666
- 1月19日(火) AM 竹野子育てセンター TEL47-2030
- 3月7日(日) AM 日高子育てセンター TEL42-4610
- 2月13日(土) AM 出石子育てセンター TEL52-6188

詳しいお問い合わせは各センターまで♪

親子運動遊びの様子



手を合わせて、「はっけよーい、のこった!」(子育て総合センター)

1日5分 心が変わる 体が変わる 親子でふれあい運動遊び

難しいことをする必要は全くありません。

親子のスキンシップを兼ねて毎日少しの時間でも続けてみましょう!

～「子どもと遊んであげる」のではなく、「子どもが自分と遊んでくれる」のは今だけです～