



てくてく日和 VOL.3

2023年12月11日(月)発行

豊岡市教育委員会
幼児育成課

冷たい風が吹く季節となりました。体調管理が難しい時期ですが、風邪などに気を付けてお過ごしください。

さて、今回は、「非日常的な動き」が経験できる、簡単で楽しい遊びを紹介します。寒さを感じる時こそ、親子でたっぷり触れ合って、心と体をほぐしてみてください♪

幼児育成課 仲義健・山内夢斗哉・上野真希



運動遊びのHPへ
移動します♪



体を動かし、のびのび遊べる子に～今がチャンス！非日常感覚を楽しもう！～

体を動かすことが好きで、のびのび遊べる子に育ってほしいと、多くの保護者の方が願っておられると思います。そこで、ぜひ乳幼児期に「非日常的な動き」を親子でたっぷり楽しむことをおすすめします！

じつは、体の感覚が著しく育つ乳幼児期に、逆さ感覚・回転感覚・高所感覚など、日常生活ではほぼ味わえない動きを楽しく経験していると、体を動かす色々な遊びに興味や関心を示しやすくなります。

動く感覚とその楽しさが感じられるよう、ぜひ、親子でドキドキ・ワクワクする遊びをたっぷり楽しんでみてください♪

こんな触れ合い遊びがおすすめ♪

～逆さ感覚を育む遊び～



抱っこで
逆さまばあ～！

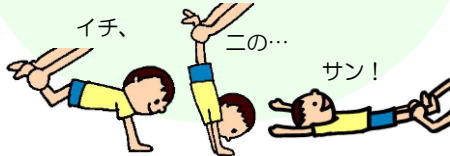
逆さまトンネルで
こんにちは！

～回転感覚を育む遊び～

おいもごころご！
親子で手をつないで転がろう♪



メンコ遊び！子どもの足首あたりを持って、
ゆっくりひっくり返してみよう！



イチ、
二の…
サン！

～高所感覚を育む遊び～

抱っこでエレベーター！
1階、2階…屋上！！



すねの上に乗って
ゆらゆらヒコーキ！



肩車で
キリンに変身！



足に座ってバランス♪
親子フラミンゴ



Let's play♪親子でイチ！ニツ！！

ロボット歩き

【身に付く力】バランス感覚・協調性 など



イチ、ニツ！
イチ、ニツ！！

おととと！

大人は足をやや開いて立ち、子どもを足の甲に乗せます。大人は子どもの両手を持ち、子どもを足の甲に乗せたまま歩きます。

慣れてきたら、そのまま後ろ向きにも歩いてみましょう♪

●●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ています。お子さんと一緒に汗をかいて遊んでみませんか♪是非、遊びにきて下さい。

- 1月27日 (土) AM 子育て総合センター TEL21-9145
 - 2月20日 (火) AM 城崎子育てセンター TEL32-4666
 - 2月29日 (木) AM 竹野子育てセンター TEL47-2030
 - 2月 3日 (土) AM 日高子育てセンター TEL42-4610
 - 2月17日 (土) AM 出石子育てセンター TEL52-6188
 - 12月16日 (土) AM 但東子育てセンター TEL21-9079
- 上記以外の日程、その他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



逆さまで、あいさつしよう♪
(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～