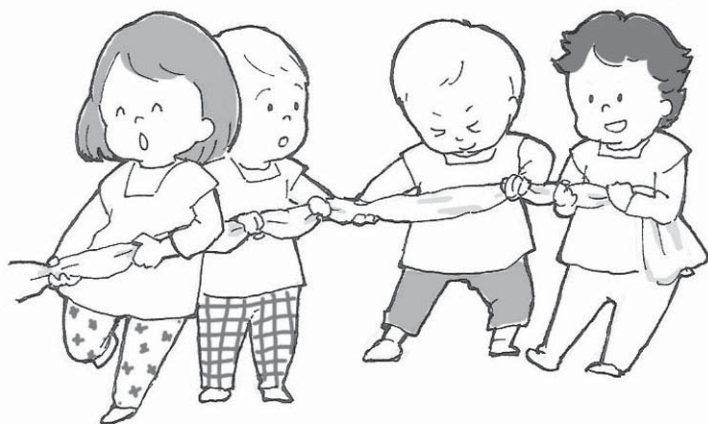


## 身近なものを 使ってあそぼう①

子どもたちは、遊びの中で夢中になって試したり、何度も繰り返したり、失敗したり成功したり…さまざまなことを体験し学びます。

物を積む、にぎる、引っ張る、すくう、運ぶ、ひっくり返す…など、生活の基本的な動作を、身近な物を使って自然と身に付く遊びを紹介します。



### ●牛乳パックの積み木

牛乳パックを2つ組み合わせて作る安全な積み木。赤ちゃんから幼児まで遊び方のバリエーションは、いろいろです。

子どもたちに馴染みの深い牛乳パック。収集を呼びかけると、比較的簡単に集められます。安全で軽く、丈夫です。遊び方が決まっていないので、お父さんやお母さんが一緒に手にすることで、自由にお子さんと遊ぶこともできます。数が多いほど、遊びのバリエーションは広がります。

#### □作り方□

①牛乳パックをよく洗い乾かしておきます（乳製品アレルギーがある場合は、お茶やジュースのパックを使うと安心です）。

②注ぎ口の所を切り落とします。

③切り口と切り口を合わせ、底の部分までしっかり組み、クリアテープで止めます。

※中にどんぐりや豆、ビールの王冠、鈴などを入れておくと、積み木が崩れた時などに音がしたり、マラカスのように遊ぶこともでき、いろいろな音を楽しむことができます。

※低年齢児で扱う場合、できあがった積み木の角をつぶしておく、さらに安全です。

#### □遊び方□

低年齢児が遊ぶ広場などでは、整頓しておくのではなく、いろいろな場所に散らばせて置いておくと、大人が手にして積んで遊んだり、子どもに振って音を聞かせたり、手渡したりする中で、子どもたちが興味を持って遊びます。ハイハイや歩けるようになると、積んだ積み木を手や足で崩して、楽しむようになります。

幼児になると、自分で積み木のように積んでイメージして遊ぶこともできます。数をたくさん用意すると、家の塀のように囲いを作って遊ぶこともできます。

また、積み木を2人で協力して両側から手で挟んで歩くなどの遊びも面白いです。慣れてきたら、リレー形式にしてチーム対抗の遊びや、挟む積み木の数を増やすと、楽しさは、さらに広がります。

### ●タオルでつなひき

道具は、柔らかく安全なタオルだけ。結んだり解いたり、長さの調節も自由自在。

通常の綱よりも握りやすいタオルを使った綱引き。親子の遊びでも子どもだけの遊びでも、活用できます。タオルは、大人がしっかり結び、安全に遊びましょう。

#### □作り方□

①生地が薄めのフェイスタオルを用意します（遊び方で枚数は違います）。

②つなひきに必要ながさになるまでタオルを結びます。

※大人が両側から強く引っ張って、解けないかどうか、確かめながらつないでいきましょう。

#### □遊び方□

①中央を決め、両側から引っ張り合って遊びます。

②しっかりと両手で握らせます。

※特に大人で行なう場合、急に力を抜いたり入れたりすると、子どもが倒れることがあります。必ず、大人が中央と両端に付いて安全に行えるよう見守りましょう。

③2人の場合は、タオルは2本で十分です。それぞれの陣地を決め、その陣地から出てたら負けです。

④2人向かい合って座り、1本のタオルの端と端をそれぞれが持ち、引っ張り合い、放してしまった方が負けというタオル相撲も楽しめます。手で行なうのに慣れてきたら、足の指に挟んで引っ張ってみるのもおもしろいでしょう。



イラスト：いがき けいこ

## ●スプーンで玉入れ

食事の時に使うスプーンで遊べば、スプーンの使い方が上手に！

運動会の玉入れをアレンジしたものです。玉の代わりになるものをスプーンですくい、一つのかごに入れる遊びです。

### □用意するもの□

- ・参加の人数分のスプーン（スプーンの形のカーブが深めのもの）
- ・玉になる2～3cm程度の丸いパーツ（豆などでも可）
- ・かご

### □遊び方□

- ①運動会の玉入れ同様、制限時間内にいくつ玉をかごに運べるかを競います。
- ②玉は手で触らず、スプーンですくい、運ぶ時やかごに入れる時も手を使わないで行います。
- ③玉の置き場所は、床に散らばせておくか、お盆やトレイに入れるなど年齢や状況に応じて工夫すると良いでしょう。途中で落とした玉は手で拾って元のトレイに戻し、改めて玉をすくって運びます。



## ●お椀で水運び

暑い夏に、楽しい水遊びにもなります。屋外で楽しむと水がこぼれても気になりません

チーム対抗にしても盛り上がります。

子どもの集団では当番活動として、給食の配膳などに役立つでしょう。汁物を上手に運ぶことができるようになると、安心です。制限時間内に、お椀に入れた水をこぼさずにたくさん運べたチームが勝ちです。

### □用意するもの□

- ・2ℓの空きペットボトル・ろうと・お椀・バケツ・水

### □遊び方□

- ①5～6人ずつのチームに分かれます。
- ②空のペットボトルに漏斗をさし、バケツからお椀で水をすくいます。
- ③水をこぼさないように運び、空のペットボトルに注ぎます。  
チームごとに行なうので、お椀をバトンの代わりにしてもよいでしょう。時間内で運んだ水のかさを競い、最もたくさん運べたチームが勝ちです。  
※子どもたちが分かりやすいよう、空のペットボトルに油性マジックなどでメモリを書いておくと、よいでしょう。また、汁物をおたまですくう経験もさせたい場合は、バケツから水をすくう時にそのように行なってもよいでしょう。



## ●カードひっくり返しゲーム

2つのチームに分かれて行なうゲーム。表と裏のあるカードを用意し、制限時間いっぱい自分のチームの面にひっくり返して数を競うゲームです。大人同士で行なっても盛り上がります。

### □用意するもの□

- ・表と裏のあるカード（白と黒、○と×、無地と柄など…）
- ※1チーム15名、合計30名で行なう場合は、最低50枚以上必要

### □遊び方□

- ①2つのチームに分かれます（同数）。
- ②チームごとに表と裏、どちらの面かを決めます。
- ③床にカードを表裏同数ずつ並べます。
- ④「よーいスタート！」で、自分のチームの面に裏返し続けます。裏返すのは一枚ずつ。集めてひっくり返したりするのは、反則です。親子で行なう場合、低年齢児の動きに親が戸惑ったりしながら行なうのも楽しいです。  
※ルールに分かる年齢の子ども同士の混合で行なう場合、年齢によって、3歳児は両手で裏返す、4歳児は片手のみで裏返す、5歳児は足のみで裏返すなど決めて行なうなどバリエーションをつけても楽しく遊べます。

## 親同士をつなぐ〈親プログラム〉

子育て中、親は子どもとの関わりで迷ったり、戸惑ったりすることもあるでしょう。そんな子育ての悩みを一番わかり合えるのは親同士。

親同士で話しをすれば、お互いの思いを理解し合え、心のリフレッシュにもなります。

保育研究開発部では、親同士をつなぎ、子育て中の親のコミュニケーションを大切にするために〈親プログラム〉を行っています。

自分が感じている思いを言葉にしたり、紙に書いたり、それを交換することなど、プログラムを通して他の親の思いに共感し、一人ひとりの子育ての力になっていきます。

### 〈質問カード〉

毎日子育てに一生懸命な親に向けて、ちょっぴり子どもの悩みから離れて、いろいろな視点から親に問いかけるカードです。

内容は、親になつたことや、子育てをしてうれしかったこと、自分の子どもの頃の思い出、自分へのメッセージ（応援歌）など、親同士が共感できる質問を考えます。親は今の自分の気持ちや状態を言葉にのせて書きます。書いたカードは掲示し、お互いのカードを読んで親同士で感じてもらいます。

時には、その質問を通して意見交換もします。自分の答えを通して、また、他の親の答えを通して、親同士をつなぐきっかけにもなります。質問カードは親に返します。何年か経って、自分の書いた言葉に「そんなことを感じていたんだなあ」と、懐かしく思い返してもらえたらうれしいですね。