

自分を描こう



●輪ゴムスタンプで自分を描こう

2歳児になると自分と他者（家族、先生、友だちなど）の関係も理解ができるようになります。遊びの中で身近な大人の生活を模倣した“ごっこ遊び”（ママごとやお店屋さんごっこ）を楽しむようになります。

衣服の着脱ができるようになり、箸を1人で使おうとします。また、クレヨンを使って色を塗ることを楽しむようになってきたりと、少しずつ指先も器用になってきます。シール貼りやスタンプ遊びを繰り返し楽しむのもこの頃です。いろいろな形のゴムを使って自分の顔を表現し、顔のスタンプを作ります。このスタンプをカードに押しつけてラミネートフィルムでコーティングし、名札の代わりにバックにつけると、「これ私のだ」と字の読めない子どもも愛着を持つことができます。

□作り方□

- ①段ボールに両面ガムテープを貼り、剥離紙をはがします。
- ②顔の輪郭となる丸いゴムを両面ガムテープの上ののせます。
- ③目、鼻、口、髪の毛、眉毛、耳など表現したいものを更へののせます。
- ④スタンプ台のインクをしっかりと紙に押しつけて、自分の顔をスタンプできます。

※終わった後は、両面ガムテープの剥離紙をゴムの部分にのせ、輪ゴムで留めておくと、繰り返し楽しめます。

□準備するもの□

- 段ボール(2層)、両面ガムテープ(5cm×6cmくらい)
※段ボールに厚みがあると手に持ちやすく、スタンプが押しやすくなります。
※2層の段ボールがない場合は2枚重ねて貼り合わせます。ハレパネでも代用可能です。
輪ゴム(#18=内径44.5mm 切り幅1.1mm)…円形を生かし、主に顔の輪郭に使います。また、適当な長さに切り分けて顔のパーツ等に使います。
切り幅が広い輪ゴム(またはゴム板)…あらかじめパンチで丸くくりぬいたり、ハサミで四角形や三角形に切っておきます。
※内径が大きい輪ゴムは切り幅が異なることがあります。顔の輪郭に使う際には、注意してください。
※内径が小さい輪ゴムを切り分けると、曲線の形をそのまま生かすことができるので、工夫して使いましょう。

「自分を描く」ということは、自分をよく観察することです。自分を観察するということは、自分と他者の違いを意識したり、友だちの良さ、自分の良さに気付いたりすることにつながります。それぞれの子どもの発達に合わせて「自分を描く」ことで、子どもの自己肯定感を育み、また、保護者にとっても子どもの成長を感じられる良い機会となります。使う素材や手法を工夫することで、低年齢児からでも「あ、これ わたしだ」と分かる自分を表現することができます。

●絵の具で自分の顔を表現しよう

3歳児になると、さらに自我が形成され、自分以外の人の顔をじっくり見るようになっていたり、見られている自分に気付いたりします。子どもと会話をしている時に、「お母さんは顔の横にほくろがあるよ。お父さんの髪の毛はちょっと白髪がある。」など、意外に細かい所まで見ていることに驚かされることもあるでしょう。

テレビのキャラクターや年上のお姉さんに憧れて髪型や洋服に気を使い始めるのもこの頃です。そして、絵の具やクレヨンなどいろいろな描画材を使って、表現することを楽しめるようになります。まつ毛を描いたり、目の中の色を表現したり、髪形を細かく描き込んだりと、それぞれの個性に溢れた色使いや表現方法も見られます。

□用意するもの□

- ・画用紙(水彩紙 荒目) サイズ…B3程度
- ・絵の具(薄橙色、薄青色と茶色をませたものなど、自分の肌に合った色) …水で少し溶いておく、クレヨン

□遊び方□

- ①鏡で自分の顔をよく観察します。
- ②自分の顔色に合う絵の具の色を手のひらで混ぜます。
- ③手の平に絵の具をつけ、画用紙に自分の顔の形に絵の具を広げていきます。
- ④絵の具が乾いたら、クレヨンで、目、鼻、口、髪の毛などを描き加えます。



●パステルで自分の顔を表現しよう

4歳児になると、身体の発達も進み、手先の器用さも深まります。さらに、自分のイメージしたことを形に表現することも楽しくなります。今まで使ってきた描画材とは違ったものを使い、自分の顔をじっくり観察して描いてみます。

鏡をのぞきこむと、子どもたちは、まゆげの形、鼻の下の溝や鼻の穴の中、口の中や歯の形など、細かい所もよく観察します。よく観察して描くことで、より自分の特徴をとらえ、より自分に似ているように描きあげます。また、描いた絵を見比べながら、友だちと互いの良さを認め合う姿を見ることが出来ます。そして、人と共感しあう経験が、自分への自信や他者への信頼感をはぐくみます。

□用意するもの□

- ・画用紙（水彩紙 荒目）サイズ…四つ切程度
- ・クレヨン（こげ茶色）、パステル（各色）

□遊び方□

- ①鏡で自分の顔をよく観察します。
- ②こげ茶色のクレヨンで輪郭、顔のパーツ、髪の毛を描きます。
- ③顔の色に合ったパステルを選び、パステルを横に寝かせて顔の色を塗ります。色を塗ったら、丸めたティッシュペーパーでこすり色をばかすと定着しやすくなります。
- ④口、髪の毛なども同様に色をつけます。
- ⑤顔のまわりの余白には、粉状にしたパステルをふりかけ、丸めたティッシュペーパーでばかします。

※粉末性質のパステルは固着力が弱いので、完成した後、描画用の定着液（フィクサチーフ）を吹き付けると、パステルのこすれを防ぎ、しっかりと定着できます。



●等身大の自分を作ろう

5歳児になると細かな手の動きが進み、ダイナミックな表現と細かい作業の両方を楽しむことができるようになります。

さまざまな材料や用具の特徴を生かして自分のイメージしたものを作り上げる力も伸びてきます。また、友だちと協力したり、役割を分担したりといった仲間意識も高まります。

等身大より大きな不織布シートに、友だちと協力して自分の身体全体を写し取り、切り取り、さらに、親子で協力して中に詰め物をして立体的な等身大の大きさの自分を作ります。

友だちとの共同作業では互いの良さを認めあうことで、さらに自信をもち、親子で協力し、仕上げていくことでより自分の成長を感じることでしょう。

□用意するもの□

- ・不織布シート…子どもの身長に合わせて、切っておきます。（1人2枚）
- ・鉛筆、油性ペン（黒）、絵の具、顔料系水彩ペン
- ・スポンジ…子どもの手のサイズにあわせて切っておきます。
- ・詰め物（綿、新聞紙、空ペットボトル、ロール芯など）

□遊び方□

- ①自分の好きなポーズを考えます。
※身体全体を入れて、前側と後ろ側を写真で撮っておくと、後で形の確認ができて良いでしょう
- ②2～3人一組になり、1人がポーズをしたまま、不織布シートの上におおむけになります。
他の友だちが協力し、身体のまわりを鉛筆で縁取ります。
※背面については、不織布シートを重ねて透かし、鉛筆で縁取ります。
- ③あらかじめ撮影した写真や鏡を見ながら、Tシャツやズボンなどを鉛筆で描き込みます。
- ④鉛筆で縁取った線を油性ペンでなぞります。
- ⑤トレイに絵の具をのせ、水に浸して固く絞ったスポンジで色をつけていきます。
※トントンと叩くように色をのせるときれいに仕上がります。
- ⑥細かい部分は、顔料系水彩ペンを使って色を塗ります。
- ⑦不織布シートを外表にし、ミシンで縫いあわせます。
※中に詰め物をするので、縫い口は40cmほどあけておきます。
- ⑧縫いしろを3～4cm残し、不織布シートを切り取ります。
- ⑨空のペットボトルやトイレトペーパーの芯を使って中に詰めます。丸めた新聞紙で調整しながら形を整えます。
※新聞紙のみで詰め物を上げると、重くなってしまいます。
- ⑩縫い口を手で縫い閉じ、できあがり。