



おうちDEわんパーク

2020年 6月16日 No. 9

ふれあいやそびの紹介

親子 DE ふれあいやそび

Let' try!

1対1

0・1・2歳

逆さまの感覚を
養うのも大切!

アレンジ

きょうだいで!

3・4・5歳

子どもたちが
キャーキャー喜ぶ

★“だっこ DE こんにちは”★

大人と子どもが向き合うようにだっこをして、腰を支えながら頭を前に下ろしましょう。落とさないように、しっかり抱きしめて!



★“みんなで DE こんにちは”★

乳幼児期に逆さまの感覚を養うと、鉄棒をする時に恐怖心が出にくくなります。子どもを逆さまのする時、大人は片足を一步前に踏み出すと、腰痛予防になります。



1対1

0・1・2歳

ゴールを目指して
まっくら!

アレンジ

家族で...

3・4・5歳

くぐる運動は、
バランス感覚を養い、
体幹も UP!

★“親子 DE ハイハイ”★

子どもの横に並んで“よ〜いドン”...
また、おいかけこのように“まてまて〜”...
色んな楽しみ方がありますね。



乳児期のハイハイは、子どもの筋肉を育み、身体の土台をつくる大切な運動です。歩く前にたくさんハイハイをしてあそびましょう。



まてまて〜
1212...など
ポイントは声かけ!



大人がいろいろな形のトンネルを作ってみては...