

ふれあい遊び

① 布団遊び（布団の上ゴロゴロ）

- ・「揺れ」などを感じる感覚を刺激しバランス感覚を高める
- ・体の動きをイメージし、コントロールする力を高める

こんな子におすすめ

体を動かす遊びが苦手
姿勢が保てない 落ち着きがない



② 魔法のじゅうたん（バスタオルに子どもが乗ってママが引っ張る）

- ・すべる動きに自分の体の向きや動きを意識する
- ・動きに合わせて体のバランスをとる体験

姿勢が保てない
揺れを怖がる
さわられるの苦手

③ フーフー遊び（シャボン玉、風車、ラッパ）

- ・息をふくときの体の使い方や目的に合わせて力加減を経験する

落ち着きがない
動作が乱暴



④ ハイハイ遊び（一緒にハイハイ、家具くぐり、お馬さん）

- ・自分の体のサイズや動きを意識
- ・場面に合わせて動かす経験
- ・バランスを取りながら動く経験

体を動かす遊びが苦手
落ち着きがない

⑤ 新聞ビリビリ遊び

- ・破く音や感触を体験。左右で異なる手の動きを学ぶ

手先が不器用
さわられるのが苦手
音に過敏

