

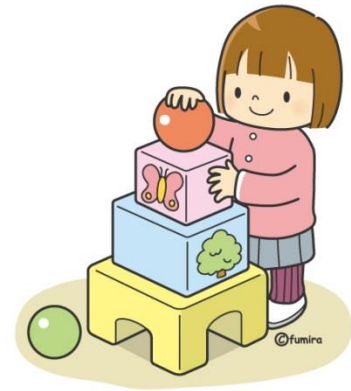
子どもと一緒に楽しく遊ぶために

子どもと一緒に遊びたいけれど、どんなふうに遊んだらいいかわからない…
子どもの好きな遊びが見つからない…
一人で遊んでくれない…
一緒に遊ぼうとすると嫌がる…

遊びについて悩むこと・困ることはありませんか？
子どもと一緒に楽しく過ごせる遊びや、その工夫を考えてみましょう！

【目次】

- ①遊びってなあに？どうして大切なの？
- ②遊びの種類と遊びの育ち
- ③子どもが遊びを楽しめる環境づくり
- ④一人で楽しむ遊びと他者と関わる遊び
- ⑤親子での関わりを楽しむ遊び いろいろ
- ⑥子どもとの遊びが上手いくコツ
- ⑦遊びの中で子どもの言葉をはぐくむために



①遊びってなあに？どうして大切なの？

遊びってなあに？

遊びとは、子どもにとって楽しい活動、自分から「やってみたい」と思う活動のことです。

一般的には、子ども自身が自分から進んで取り組んで試行錯誤したり、他の人の遊びを見たり真似をしたりして、遊びのバリエーションを増やしていきます。

遊びってどうして大切？

子どもは、遊びの中でたくさんのことを学び、身体や心の発達をのばしていきます。また遊びによって、子どもの困った行動を減らすことができたり、子どものやる気を育てることができます。遊びは子どもの成長にとって欠かせない活動なのです。



でも、うちの子なかなか集中して遊ばなくて…

子どもと一緒に遊びたいけど、
どんな遊びだと喜ぶのかわからない…



子どもの中には、好きな遊びを自分で見つけることが苦手であったり、やり取りのある遊びが苦手であったり、一人で遊ぶことが苦手であったりと、遊びで難しさがある子どももいます。そのような子どもには、大人が少しお手伝いや工夫をすることで、楽しく遊ぶことができたり、遊びのバリエーションを増やすことができます。

まずは、子どもが遊びを楽しめる環境を作り、子どもの好きな遊びを見つけるために、子どもの遊ぶ様子をよくみてみましょう！








②遊びの種類と遊びの育ち



『子どもの遊び』というと、どんな遊びを想像しますか？

実は遊びにも色々な種類があり、子どもの遊び方もかわっていきます。子どもの心身の発達とともに、遊びの種類や遊びの形態も変化していきます。

| 遊びの種類 | 年齢 | 内容 | 例えば |
|-------|--------|--|--|
| 感覚遊び | 乳児期から | 見る・聞く・触るなどによって感覚と理解力を身につける  | がらがら、オルゴール、おしゃぶり など |
| 運動遊び | 乳児期から | からだを動かして運動能力を身につける  | ボール遊び、滑り台、ジャングルジム など |
| 受容遊び | 1～2歳から | 新しい物を見たり聞いたりして、鑑賞力や考える力を身につける | 絵本、人形劇、紙芝居など  |
| 想像遊び | 2歳ごろから | 生活の中で、目にしたことを模倣して、想像力や生活適応能力を身につける  | ままごとなどのごっこ遊び、人形遊び など |
| 構成遊び | 2～3歳から | 自分で工夫して、ものを組み合わせ、想像する力を身につける | 積み木、お絵かき、折り紙 など  |

年齢はあくまでも目安です。この年齢になったから、この遊びをしなくてはならない、というわけではありません。

子ども一人一人の成長や興味に合わせることが大切です。

③子どもが遊びを楽しめる環境づくり

①遊びのスペースをつくりましょう

子どもが安心して遊びに集中できる遊びスペースがありますか？



例えば…

• マットなどを敷いて遊びスペースを作る

遊びスペースを子どもにとってわかりやすく示した方が、安心して遊ぶことができる子どももいます。

• 大人と関わり遊びをする時にはテレビを消す

テレビなど気が散ってしまうものがない方が、大人に注意が向きやすい子どももいます。



• きょうだいがいる場合には、その子どもだけが入れるゾーンを作る

きょうだいや他の子どもが触りに来るのでは？と不安になって遊びに集中できない子どももいます。

• おもちゃを片付ける定位置を決める

定位置を決めておくと、子どもも片付ける場所を覚えやすいです。



②触ってほしくない物は片付けましょう

大人が触ってほしくない物は、遊びスペースから見えないように、触ることができないように片付けたり、隠しておきましょう。

楽しい遊びの時間に、できるだけ子どもを叱らなくてすむように工夫してみましょう。

例えば…

• コンセントはカバーをつけておく

• 大切な大人の書類等は別室に移動させたり、鍵のかかる棚に片付ける



• はさみなど、まだ勝手に遊ぶと危険な物は、高い場所や鍵のかかる棚などに片付け、 大人と一緒に遊ぶ時に出す

④一人で楽しむ遊びと他者と関わる遊び

子どもが成長するにつれて、集団の中での遊びについて悩むことが出てくることもあるかもしれません。



他の子どもと遊ぼうとしないことが心配で…

お友達と遊ぶより、一人で遊ぶ方が好きみたい…



他者と関わる遊びのメリット



他者に関心を向ける、他者を見る、他者に近づく、他者の真似をするなど、コミュニケーションや言葉の発達に重要な力を育てることができます。

一人で楽しむ遊びのメリット



一人遊びも、一人で穏やかに過ごすためには必要です。例えば、疲れた時にちょっとリラックスするとき、病院などで待っておくときなど、色々な場面で「一人で出来る遊び」も必要となります。

一人遊びを叱ったり、無理にやめさせる必要はありません。
一人で楽しめる遊びも育てつつ、他者と関わる遊びもバランスよく育てていきましょう。
遊びは、色々なレパートリーがある方が良いですね。



⑤親子での関わりを楽しむ遊び いろいろ



親子のできる関わり遊びってどんなものがあるの？
色々な遊びを教えて！

例えば…

身体を使った遊び・やり取り遊び・おもちゃを使った遊びなどがあります

①身体を使った遊び

身体を使った遊びは、楽しい感覚を得やすく、子どもにとって楽しみやすい遊びです。怖がったり、嫌がるようならば、無理にすることはやめておきましょう。

抱っこしてぐるぐる、たかいたかい、シーソー遊び、くすぐり、ジャンプ、トランポリン など



②やり取り遊び

手遊びのように、歌といっしょだと興味を持ちやすい子どももいます。繰り返し同じパターンを経験するうちに、子どもは次の大人の動きを期待したり、待ったりするようになります。

一本橋こちょこちょ・ひげじいさんなどの手遊び歌、いないいないばあ、にらめっこ など



③おもちゃを使った遊び

子ども一人では上手く操作ができないおもちゃなど、大人の手助けが必要なおもちゃを使うと、子どもとのやり取りが生まれやすくなります。

風船とばし、しゃぼん玉、ボールころがし、ボーリング など



⑥子どもとの遊びが上手くいくコツ



子どもと遊ぶ時に、気を付けた方が良さや
上手くいくコツってありますか？



一人で集中して遊んでいる時に、急に大人が遊びに
入ってきたら、びっくりしちゃう時があるんだ。



そうそう！
“邪魔された”と感じて、腹がたっちゃう時もあるんだよね。

まずは、“大人と一緒に遊ぶと楽しいな、心地いいな”と子どもが感じる事が重要で
す。

子どもが一人遊びに少し飽きてきたタイミングや、次の遊びを探している時などを狙い
ましょう。



おもちゃだけ渡されても、どうやって遊んだらいいのかわか
らないし。興味が持てないよ。

おもちゃに興味を持ってもらうコツ

最初は…
大人がおもちゃの
使い方や遊び方を
子どもに見せる



大人が楽しんでいる
様子を
子どもが見る・近づい
てくる



大人と一緒に
やってみる

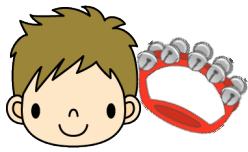


お父さんやお母さんがとっても楽しそうに遊んでいたから。
気になって、私もやってみたら楽しかったよ！

子どもがしていることを真似してみる

大人の誘う遊びに、子どもがなかなか興味を持ってくれない場合には、子どもが一人で楽しんでしている動作や遊び、出している声や言葉を、大人が真似してみるのも良いかもしれません。

子どもに、大人の真似をさせるのではなく、子どもの真似を大人がやってみるのです。



子どもが一人で鈴を鳴らしている時に

大人も一緒に鳴らしてみよう



子どもがお母さんに気が付いて、
大人を見てくれたら

子ども鳴らしたタイミングで同じように
鳴らしたり、リズムを合わせてみましょう



次第に、子どもが鈴を鳴らしてから大人の方をちらっと見たり、ちょっと違うことをしてみたり、大人の真似をしたりと、大人とのやり取りが出てくるようになります。

まずは、(自分が動くと、大人も動くぞ) や (自分が声を出すと、大人も声を出すぞ) と、子どもが気づき、それを「面白い!!」と思うと、(次はこんな風に動いたら、大人はどうするかな?) と相手の動きを期待したり、自ら関わってみようとするようになります。

大人の動きに気が付くまでに、少し時間がかかる子どももいますが、あきらめずにやってみましょう。

子ども一人ではできない遊び、一人では操作できないおもちゃを使う

子どもが興味を持っていて、魅力的だけれども、自分一人ではできない遊びや、自分では上手く操作できないおもちゃなどを用意してみましょう。

例えば…

毛布ブランコや、抱っこしてぐるぐる回るなどの身体を使った遊び
一本橋こちょこちょなどの子どもと触れあう手遊び
風船を飛ばす遊びや、子どもが操作しにくいスイッチのあるおもちゃ



子どもからの関わりを引き出すコツ

最初は…

大人やって見せて、
子どもを何度も楽し
ませる



大人はおもちゃを操
作したり、くすぐった
りせずに、待つ



子どもから大人へ何か要求を伝え
てくれたら

すぐにやってあげましょう！

“他者との関わりが生まれやすい遊び”って？

子どもと一緒に遊ぼうとした時に、無理やり子どもの遊びに入ろうとすると、子どもにとって（遊んでいるのを邪魔された）と感じてしまうことがあります。

子どもの好きな遊びで、一緒に楽しめるようにするには、ちょっと工夫があると良いようです。

例えば、ピョンピョン飛び跳ねることが好きな子どもには…



トランポリンだと？

ひとりで跳び続けるだけで楽しいので、他者との関わりは生まれにくい。

大きなヨガボールだと？

大人に手を持ってもらい、上で跳んだり、ゆらゆら揺れたり、大人の手助けがあると楽しめる。

使う道具やおもちゃを変えるだけで、
大人との関わりが生まれやすい遊びに変えることができます。

大人がわざと間違えたり、失敗してみる



手遊びのように、流れが決まっている遊びでは、何度か繰り返した後に、途中で急に歌うのをやめたり、くすぐる手前で止まってみると、子どもは「あれ？」と不審に思って大人の方を見たり、要求をしてくれるでしょう。途中でわざと止まってみることも、子どもからの要求を引き出すコツです。

大人がわざと間違えてみたり、失敗してみると、子どもはそれを面白がったりして、子どもからの反応を引き出すことができます。

大人がいつも正しく、順序通りに遊ぶ必要はありません。時々間違ってみることで、子どもからの反応を引き出しやすくなることがあります。



間違いや失敗に不安を感じやすい子どものために

間違ってしまうこと、失敗してしまうことを不安に感じたり、パニックになってしまいう子どももいます。そのような子どもには、大人がわざと間違ってみせ、「でも、こうしたら大丈夫だったね」と、失敗した時にどのように対処したら良いかを、大人が実際に見せてあげると良いかもしれません。

言葉で「失敗しても大丈夫だよ」と伝えるだけではなく、大人が実際に失敗しても、再度取り組んでみたり、別の方法でやってみて上手くいった、という例を見せてみましょう。大人がそのような様子を見せることで、“失敗しても大丈夫”、という安心につながるがあります。まずは、“遊び”というリラックスした場面で大人がやってみせると、上手くいきやすいかもしれません。



⑦遊びの中で子どもの言葉をはぐくむために



うちの子なかなかおしゃべりが上手にならなくて…
どのように関わればいいのか？

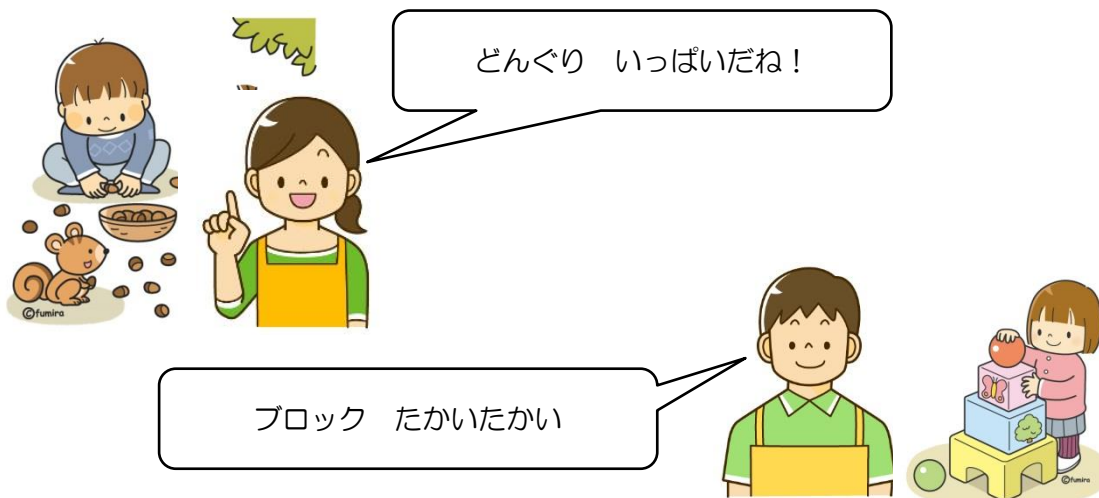
たくさん話しかけましようと言われたけど…
どのようにしたらいいの？



子どもの中にはおしゃべりが苦手な子どももいるかもしれません。どのように関われば子どもの言葉の力を伸ばすことができるのだろうと悩む方もいるかもしれません。年齢の小さい子どもの場合、遊びなど楽しい関わりの中で子どもの言葉の力をはぐくむことができます。

子どもが興味を持っていること・していることに言葉を添えましよう

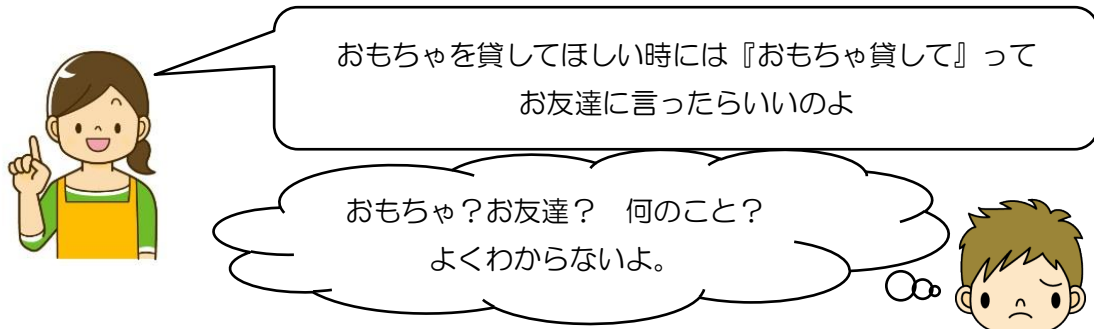
子どもに声をかけるときに、大人が伝えたい言葉や教えたい言葉ばかりを伝えていませんか？まずは、子どもが興味を持って見ている物の名前や、子どもがしている行動を、大人が言葉にしてみましよう。最初は、声をかけてもあまり反応がない場合もあるかもしれませんが、それでも、あきらめずに、繰り返してみましよう。



子どもの言葉をはぐくむ言葉かけのしかた

言葉かけは、「ゆっくり・はっきり・短く」が基本です。

まだ聞く力が育っていない子どもの場合には、大人が早口で話したり長い文章で話したりすると、うまく聞き取ることができない場合があります。



例えば、2 語文をうまく話せるようになってきた子どもに、「おもちゃを貸してほしい時には『おもちゃ貸して』ってお友達に言ったらいいのよ」と一度に長い文章で伝えようと、どこが自分の言うべきセリフか理解することが難しいかもしれません。そのような場合には、子どもが友だちのおもちゃを貸してほしいような時に、横でそっと大人が「おもちゃ 貸して」と言葉を添えてあげましょう。

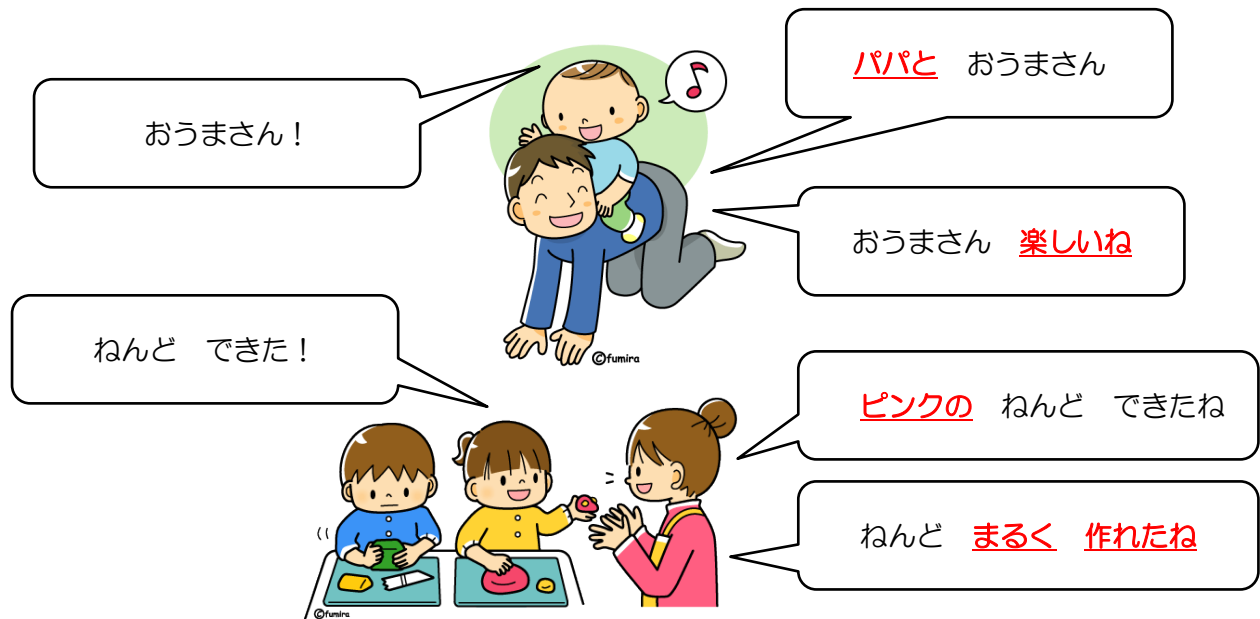


大人の言葉を聞いて子どもが真似して言えたら、たっぴりとほめましょう。実際の場面で上手にできるように、大人がその場面でヒントを与えるなど、手助けをしてみましょう。可能であれば、大人を相手に練習しておくのもよいですね。

最初は、子どもの言葉がはっきりとしていなかったとしても、まずは言えたことを認めるようにしましょう。最初から完璧を求めないことが、うまくいくコツです。

プラスワンの言葉かけを心がけてみましょう

子どもの言葉のバリエーションを増やすために、プラスワンの言葉かけをしてみましょう。例えば、今まだ言葉が出ていない子どもには単語で、単語で話している子どもには2語文で、2語文で話している子どもには3語文で、ということです。



子どもの話した言葉に、プラスワンで付け加えたり、他の言い方をしたりして言葉を返すことで、子どもの言葉のバリエーションを広げていきましょう。色や形を言ってあげたり、「楽しいね」「悲しいね」のように気持ちを付け加えてあげたりしてもよいかもしれません。

子どもの言葉の使い方や語順が間違っている場合にも、「違うよ」と否定や言い直しをさせるのではなく、「そうだね」と受け止めてから、大人が正しい言い方や正しい語順で繰り返して話し、子どもに伝えていきましょう。

