

親子で楽しく触れ合い遊び

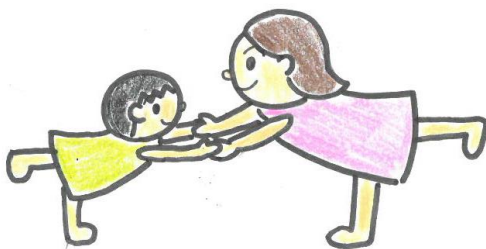
パート3



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、自宅で過ごしている子どもたちに、おうちでできる触れ合い遊びを紹介します。

ぜひ、親子で楽しんでくださいね。パート3は、のりものシリーズ。ちょっとハードです。しっかり準備運動してくださいね。

① ひこうき



- 向き合って両手をつなぎます。
- 片足を後ろにあげて、バランスをとります。
- 片足ずつ10かぞえます。

② メリーゴーランド



- 子どもの後ろから両脇に手を入れて持ち上げます。
- そのまま回します。

③ エレベーター



- 直立姿勢で伸ばした子どもの手を大人の手のひらにのせます。
(子どもが直立姿勢をとるのがポイント。
うまくできないときは、大人が背後から支えてみてね)
- ひざを伸ばしながら、足の力で5回持ち上げます。

④ UFO



- 子どもの足で大人の腰あたりを挟みます。
- 子どもは手を離して、大人は子どもの腰を持って回ります。

体調やお子さんの様子に合わせて
くれぐれも無理せず、楽しんでね