

水泳に
つながる
あそび

お風呂で遊園地

プールあそびが大好きな子にするためには、まず頭からお湯をかぶって頭洗いができるようにすることです。赤ちゃんのころから少しずつ慣らして、2~3歳になったら頭洗いに挑戦してみましょう。

対象

0~3歳児

お風呂で頭洗い

point



怖がらずに頭からお湯をかぶって洗えるようにしましょう。

2歳児~

シャンプーを流す回数は
4~5回と決めておこう

おでこに手を
当てて、顔にお湯があまり
流れないようにする
※手のひらが顔にベタッと
つくと、鼻からお湯が
入ってしまうので、
傘のようにする



まずシャンプーをつけて
いっぱい泡を出して洗おう。



胸を頭部に
当てて、顔を少し
前かがみにする

できたら
ほめてあげようね!

首の所を
しっかり支えよう

0歳児~



ちょこっと水滴を顔に飛ばす。
※すぐにぬぐってあげよう。

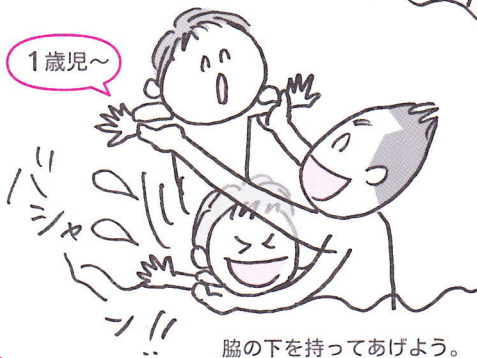
お風呂の中で
遊園地気分!!



ちょっとくらい
顔にかかっても
楽しいときは大丈夫。

2歳児~

1歳児~



脇の下を持ってあげよう。

1歳児~



お湯の中で、足を後ろに伸ばした体勢は、
泳ぎの練習のときに役立つよ。
脇の下ともものあたりを支えてね。