

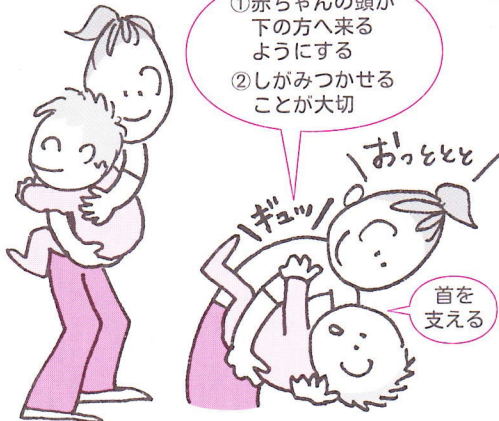
あそびの発展

年齢別 (0歳児編)

0歳児のあそびの特徴

個人差があります。その子のペースに合わせて、自然の流れに従って、育てていきましょう。

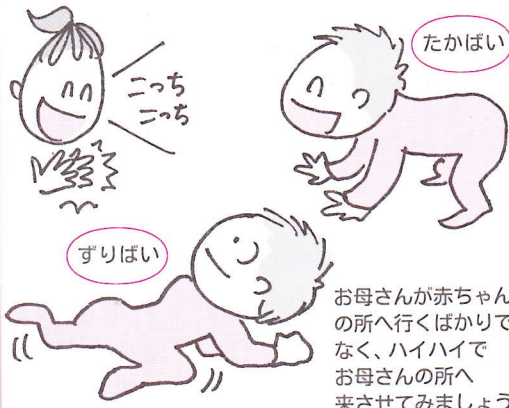
さかあがりにつながるあそび



- ①赤ちゃんの頭が下の方へ来るようにする
- ②しがみつかせることが大切

首を支える

とび箱につながるあそび

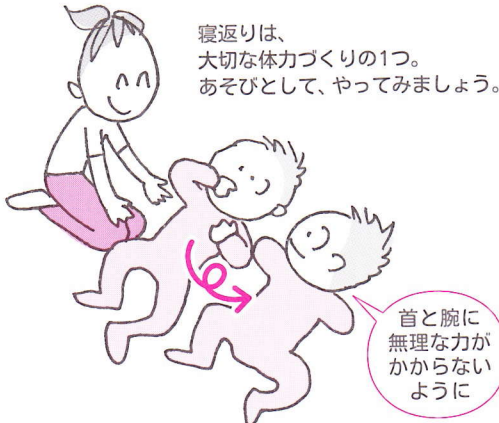


たかばい

ずりばい

お母さんが赤ちゃんの所へ行くばかりでなく、ハイハイでお母さんの所へ来させてみましょう。

でんぐり返しにつながるあそび



寝返りは、大切な体力づくりの1つ。あそびとして、やってみましょう。

首と腕に無理な力がかからないように



さかあがりやとび箱とびなどにつながるあそびを年齢別に紹介します。普段の簡単なあそびが、何でもできる丈夫な身体を育てます。

なわとびにつながるあそび

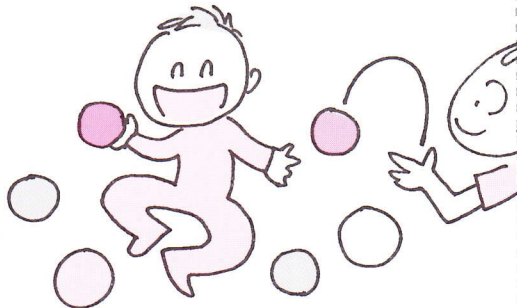
お昼寝の時にはやさしい曲をかけてあげたり歌を唄ってあげるといいですね。



胸のところに手を置いてポンポンと、そとリズムをとってあげるといいですね。

ボール投げにつながるあそび

口に入るようなボールは避けましょう。ボールをポンポンはずませてあげると更に興味を引きます。



足腰づくりにつながるあそび



大切!

股関節を開く

いっちにっ
いっちにっ

股関節を開くことがポイントです。

このあそびは、よく動く足の育成にとっても大切です。

一言

無理に運動させないこと。それには、赤ちゃんの表情をよく見てください。それから、お母さんの笑顔も大切です。