

今回は社会性を育む遊びについて紹介しました。子どもとのやり取りを大切にしながら子育てしていても「育てにくさ」を感じることはありますよね…(><:)). うまくいかない、体の使い方が分からないなど感覚にトラブルがある子の背景には、「触覚」「固有覚」「前庭覚」が関わっています。この3つの感覚がうまく働かなくなることは、子どもの姿勢の崩れや過敏な反応などにつながります。今回は、この3つの感覚に働きかける感覚運動遊びを紹介していきたいと思います。

3つの感覚？どんな感覚？

触覚	触るとき、触られるときに感じる感覚	<ul style="list-style-type: none"> 粘土 砂、泥遊び 芝に寝転がる etc
固有覚	手足や体の動きを感知する筋肉・関節の感覚	<ul style="list-style-type: none"> 雑巾を絞る 新聞を破る 昆虫採集 etc
前庭覚	姿勢の維持・加速度を感知する感覚	<ul style="list-style-type: none"> ブランコ 滑り台 トランポリン etc

やってみよう！今すぐできる感覚運動遊び！

★☆☆毛布ブランコ☆☆☆

- 毛布の肌触りが気持ちいい→**触覚**
- 揺られる、姿勢を保つ→**前庭覚**



★☆☆タオル引き相撲☆☆☆

- タオルの肌触りが気持ちいい→**触覚**
- 力の入れ具合、動きを感じる→**固有覚**
- 姿勢を保つ→**前庭覚**



身体を動かし、積み重ねることによって、脳に入ってくる感覚情報の流れを整理できるようになってきます。ごはんを食べる時のお手拭きを、自分で濡らして絞ってみるのも、良いかもしれませんね(´艸`)*)絶対やらなきゃ！正しくやらなきゃ！と考えるすぎず、親子で楽しみながらすることが長続き&成長するコツです!!

子どもと話すのって難しい？！

文：仲野

言葉でやり取りする中で、子どもは語彙や表現力、イメージ力、聞く力、記憶力、会話のマナー（目線、相づち、話をさえぎらないなど）…様々な力を育てていきます。親から前向きな言葉でたくさん話しかけられた子どもは、話しかけられた経験の少ない子どもより**2倍ほど多く語彙を身に付けており**、3歳を迎えるころにはIQのスコアが**1.5倍ほど高かった**という記事を目にしたことがあります。分かっているにもかかわらず話題が見つからない…、仕事に子育てに趣味に…毎日忙しいということもあるかとは思いますが、食事や買い物、入浴、寝かしつけのタイミングで、ぜひ親子で会話する時間を楽しみたいですね。TVやスマホから目を離して子どもの話にゆっくりと向き合い、共感し、何より楽しく会話することがポイントです。



・今日は誰と遊んだの？何して遊んだの？
 ・うんうん、なるほどね、それでそれで？
 ・1～10まで数えてから出よう！
 子どもの発言を受け止めながら膨らませてみましょう。



・これは〇〇（メニュー名）だよ。
 ・どんな“やさい”が入ってるのかな。
 ・甘いね、ネバネバだね、茶色いね。
 ・〇〇みたいな形の人参！
 食材名、味、食感、音、におい、色…いろいろなことに関連づけて話したり、想像を膨らませてみるのも楽しいですね。



・今日は、〇〇と〇〇と〇〇を買うよ。
 ・トマト2つ取ってね。
 ・赤い野菜を探そう！
 ・鶏肉、ジャガイモ、人参…何が作れるかな？
 語彙力、記憶力、注意力、概念形成、数、推理力、イメージ力…楽しみながら育てていきましょう。