


赤ちゃん遊びの紹介

遊びの名前	遊び方	参考
寝返りする力を育てよう	歩行器に乗せず腹這いの姿勢をいっぱいさせてあげよう。 近くにおもちゃを置くと、首をしっかりと持ち上げて、おもちゃに触ろうとします。	
にらめっこしましょ	「にらめっこしましょ。あっぷっぷ。」で歌にあわせてにらめっこします。ほっぺたをふくらませたり、変な顔をしたりします。	
ぎっこん ぱったん	赤ちゃんは膝を深く曲げて、大人の指をにぎります。最初は大人が引き起こし、だんだんに子どもが自力で起き上げるようにします。	
飛行機 飛びまーす	大人があおむけに寝て、赤ちゃんの腕やおなかを持ち、すねや足の裏で赤ちゃんのおなかを支えます。「ぶーん」と言いながら、赤ちゃんを前後、左右にゆらします。	
一本橋 こちょ こちょ	<p>◎一本橋こちょこちょ ～リズムに合わせて歌いながらくすぐる～</p>    <p>①一本橋こちょこちょ (子どもの腕をもって1本の指でくすぐる)</p> <p>②ただいて つねって (手のひらをなでるように、軽くたく)</p>   <p>③階段のぼって (子どもの腕を下から上に向けて指先でのぼる)</p> <p>④こちょこちょこちょ～ (腕やおなかなどのあちこちをくすぐる)</p>	
おなかの上であそぼ	大人があおむけに寝て、おなかの上に赤ちゃんをうつぶせにして寝かせます。赤ちゃんのわきの下を支えて大人が状態を少し起こしたり戻したり声をかけたりします。	
おひざでゆらゆら	ひざの上に向かい合って座らせ、わきの下を支えて体を左右に揺らします。	