

お馬さんごっこ (6か月～)、 手押し車 (3歳～)

保護者にお馬さんになってもらい、そこにまたがって遊びます。お馬さん跳び乗りは腕の力をつけることにもつながり、手押し車やでんぐり返しにもつながっていきます。

【ねらい】

- ① 親子の触れ合いを促す。
- ② 足を少し開いて保護者に跨って遊ぶことで、股関節の発達を促す。
- ③ 身体のバランスをうまくコントロールできるようになる。
- ④ お馬さん跳び乗りや手押し車では、腕で自分の身体を支えられるようになる。

【進め方】

- ① 上向きに座った大人のお腹に子どもを跨がせる。
- ② 大人はお尻を少し上げて、上下させたり揺らしたりする。
- ③ 歌に合わせて実施してもよい。



【バリエーション】

お馬さん跳び乗り (2歳～)

- ① お馬さんになった保護者の背に、自分の腕で支えてぴよんと跳び乗るようにさせる。



手押し車 (3歳～)

- ① 両手をしっかりと床につけてから、片足ずつ持ち上げる。
- ② 身体は板のように伸ばす。
- ③ 下ろすときは、ゆっくりと丁寧に、片足ずつ下ろす。



手押し車からでんぐり返し (3歳～)



【援助のポイント】

- ① お馬さんごっこは、子どもが落ちてでも大丈夫なように、畳や柔らかい床の上で遊ぶようにする。
- ② 子どもが落ちないように、サポート役の大人もつける。