

3～5歳親子向け 親子で遊ぼう

初めて子育てをする保護者は、この大小にかかわらず、かならず心配ごとをかかえています。同じように子育てをしている親子と出会い、おしゃべりしたり、一緒に遊んだりして楽しい時間を過ごすことで、心配ごとの軽減につながることがあります。

“ふれあい”のきっかけ作りに、親子で楽しめる〈あそび〉を活用します。



まちがい探しゲーム

●小物などを使って変装して “まちがい”探し

布やぼうし、小物などを使って“変装”します。その姿をしつかりと覚えてもらいます。一度、隠れて“変装”の変更をします。再び、現れたときに、どこが違っているか“まちがい”を探すゲームです。

□ゲームの進め方□

1～2組の親子で1つのグループ(3～4人)を作ります。

グループ分けができたなら、順番を決めます。

最初のグループは、みんなの見えない所(カーテンやつい立ての陰、別室など)で、用意しておいた小物を使って“変装”します。基本となる“すがた”です。

みんなの前に現れて、基本の“すがた”を覚えてもらいます。制限時間は、1～2分程度。時計でカウントするのではなく、音楽をかけて1曲が終わるまでとすると、盛り上がります。

一度陰に隠れて、基本の“すがた”から5か所程度変化させます。再度、みんなの前に現れて、基本の“すがた”と同じポーズをとります。

変化しているところに気づいたら、手をあげて答えます。解答時間も制限して、終了時間に近づいたら、カウントダウンすると楽しさも増します。

変装の楽しさ、人前に立つことの恥ずかしさと緊張感——日常生活には無い体験をすることが、逆に心を開放してくれるようです。終わったあとの会話がはずみます。

親と子どもだけではなく、 家族同士がふれあえるように工夫

〈あそび〉は、集まった親子を自然に打ち解けさせ、気軽におしゃべりを楽しんだり、さらには悩みごとを話し合えるようにする力があります。一緒に遊んでいる親子の姿を見るだけでも、悩んでいるのは自分一人ではないことなど、たくさんの情報を得ることができます。なんとなく話を聞いてもらうだけでも、心はやすらぎます。親と子ども、そして家族と家族が“ふれあい”を楽しめる、3～5歳の親子向けの親子遊びのプログラムです。

言葉集めゲーム

●“言葉”を題材にした〈あそび〉 グループ対抗で、もりあがる

3～5歳になると、“言葉”も多くなってきます。“言葉”を題材に、全員でチャレンジするグループ対抗のゲームです。他のグループが思いつかなかった“言葉”を、数多く考えたグループが勝ちになります。

用意するものは、言葉を書き留める紙と筆記具。みんなに見えるように文字を書き留める、ホワイトボードや模造紙(大きな紙)。

□ゲームの進め方□

2～4組の親子で1つのグループ(6～8人くらい)を作ります。チーム対抗なので、2グループ以上が必要です。グループ分けができたなら、相談をしてグループの名前を決め、発表してもらいます。まずは、グループのなかでのコミュニケーション。

“お題”を出します。一番上に〈あ〉がつく言葉、生き物の名前、八百屋さんで売っているものなど、あまり難しくしないのがポイントです。

“お題”が出たら、みんなで相談しながら、他のグループが思いつかないような言葉を相談して書き留めていきます(制限時間は5分程度)。

“言葉”の発表です。グループの順番を決め、1語ずつ発表してもらいます。同じ“言葉”を書いたグループがなければ、得点になります。同じ“言葉”をメモしているグループがあれば、大きな声で「ある!」と言って、得点になるのを阻止します。一度出された言葉は、もう使えません。メモから消していきます。間違えないように、ホワイトボードに書いておくと便利です。

発表する“言葉”がなくなったらおしまいです。最後に残ったグループが優勝です。

3～5歳親子の特徴

3歳を過ぎると、他の子どもと遊びたいという気持ちが強くなります。多くの時間を家庭で過ごした乳児期から、友だち遊びを求めて、親子で活発に外へ出かけるようになります。おのずと、家族同士でかかわる機会も増えてきます。自分の子どもの“育ち”しか知らなかった親も、ほかの子どもの“育ち”に触れる機会が多くなります。

親は他の家庭の育児を見て、視野を広げます。子どもも、他の子どもとふれあうことで、世界を広げていきます。集団のなかで、たくさんの人と遊ぶ楽しさを知り、なかよく遊ぶための“生活のルール”を身につけていきます。

子どもが世界を広げていくなかで、自我もめばえてきて、思いどおりにならないと、泣いたり怒ったりするようになります。親は、そういう姿を頻繁に目にするようになります。親にとっても初めての経験で、どう対応すればよいのかとまどいます。

そんな時は、親子でルールのあるゲームと一緒に遊ぶことをすすめます。親が根気よく子どものつまずいた感情(思いどおりにならないことなど)を振り返り、経験を重ねるたびにたくましく乗り越えていく子どもの姿をみることができそうです。ひいては親自身の自信につながっていきます。

ビンゴゲーム

●グループ戦でも、個人戦でも楽しめます

オリジナルのビンゴ(3×3=9マス)を作って遊びます。グループに分かれ、テーマにあわせてそれぞれ9つの言葉を考え、それぞれのマスに配置します。同じ言葉が並ぶ場合もあれば、グループごとにもまったく違った言葉が並ぶこともあります。

あとは運ませ、早く3列ビンゴしたグループが勝ちです。

□ゲームの進め方□

1～2組の親子で1つのグループ(3～4人)を作り、チーム名を決めます。

チームごとに、出されたテーマから連想する言葉を9つ考えます。9つの言葉を、白い紙と色紙にそれぞれ書き、はさみで切り離します。

白い紙は二つ折りしてスタッフに渡し、色紙は並べ方をよく

□ワンポイント・アドバイス□

- 文字を書ける人がいれば、年齢に関係なく楽しめます。
- 文字を書く、紙を切り分ける、のり付けするなどの作業があると、自然とチームで協力するようになり、コミュニケーションの機会が増えます。
- テーマは、参加者の年齢などを考慮して、みんなが知っているものにします。

考えて、グループのビンゴカードにのり付けします。

集められた白い紙を箱などに入れ、進行役のスタッフがランダムに取り出して、読み上げます。同じ言葉があったら、ビンゴシートにチェックします。各グループが、同じ言葉を連想していると、同じ言葉が何回も出てくることになります。

早く3列そろったグループが勝利とします。

変身ゲーム

●グループ戦でも、個人戦でも楽しめます

新聞紙とクラフトテープを使って、なにかに“変身”するゲームです。モデルになるマネキン役を決め、ゴミ袋を着せてそこに新聞紙で作ったものをはりつけていきます。

2～4組の親子で1つのグループ(6～8人くらい)を作り、“変身”の腕をきそいます。なにかに“変身”したのが当ててもらいます。

□ゲームの進め方□

最初にチーム名を決め、なにかに“変身”するのか相談します。イメージ図などを作り、それぞれがどの部分を担当するのかを決めていきます。

マネキン役を決め、衣服を汚さないようにするためゴミ袋を着てもらいます。ゴミ袋は、大人が着れるように、無地で45㍓ぐらいの大きさのものを用意します。

イメージ図に基づいて、新聞紙で作ったものをクラフトテープ(できれば白色のもの)でゴミ袋に留めていきます。

□ワンポイント・アドバイス□

- 男女混合の場合は、身体にふれる作業があるので、配慮が必要。
- 使用する新聞紙の紙面を事前にチェックしておきます。子どもに見せたくない写真・広告などがあるかないかなど。
- ゴミ袋に両面テープをはりつけ、身につけてから保護シールをはがし、そこに落ち葉や木の葉、小枝などをはりつけて“森の精”になる遊び方もあります。いろいろな応用方法を考えてください。



イラスト：いがき けいこ

□大切にしたい、幼児期の親子遊び□

幼児期になると、自分以外の子どもとの“かかわり”が始まります。それまでは、家庭のなかで親子の“かかわり”を基本にしてきましたが、行動範囲が広がるなかで、いろいろな人との“かかわり”が必要になってきます。

他児(者)との“かかわり”の基礎になるのは、それまでの親子の“かかわり”です。それをまねして、他児との“かかわり”に生かしています。

乳児期に赤ちゃんをケアするときには、表情や泣き声の違いから、さまざまな判断をしてケアしていきます。子どもから発せられたものを親が受けとめる形が中心になります。

幼児期になると自我もめばえてきて、一方的にケアするだけではなく、子どもの人格を認めて“かかわり”をすることが必要になってきます。

“かかわり”の一つに、親子遊びがあります。遊びのなかで、双方向のかかわりを楽しむことが基本です。子どもと遊んであげるのではなく、子どもと遊ぶことで親も育っていくことを忘れてはいけません。

遊びのなかで子どもは、親とだけではなく、他児とのコミュニケーションを体験します。人と“かかわり”をもつことの楽しさ・心地よさを、自然に身につけていきます。親子遊びを、親子との関係だけにとどめず、親子と親子の“かかわり”の場にするすることで、親と子どものそれぞれの世界を広げることにつながります。

もし、親が子どもに寄り添わないで、一方的にケアやしつけを押し進めていったならば、子ども自身も他児の気持ちを考えないで、自分の気持ちだけを満足させる強引な遊びを展開しがちになります。“かかわり”とは、相手の気持ちも大切にすることなので、親子遊びのなかで双方向のかかわりを楽しんでほしいと思います。

親子遊びを企画する際には、親子が楽しく過ごせるというだけではなく、“かかわり”を広げるという視点も大切にしてほしいと思います。

親子の会話、家族間の会話も一つの遊びとして展開することも可能です。