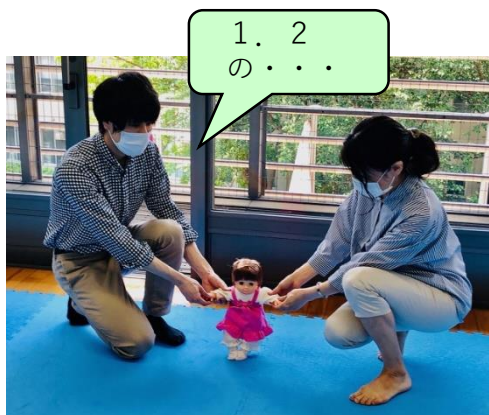


実践！親子遊び ～ダイナミック遊び編～

ダイナミックにからだを使った遊びを紹介いたします。
(今回の遊びは保護者が2名必要です)

1. いちへのロケット 対象年齢：2歳～（発達段階にあわせて実施してください）

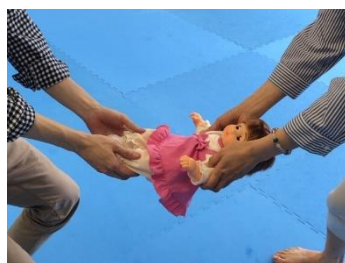


- ①お子さんの左右の手と脇をそれぞれ抱えます。
膝を曲げ、しっかり踏み込みましょう。
- ②「ロケットー！」の掛け声でお子さんにジャンプしてもらい、同じタイミングで抱え上げ、保護者の方は前に進みます。
- ③しっかりと着地したら①②を繰り返しても楽しいです。

※お子さんがジャンプするタイミングで抱え上げましょう。
無理に引っ張り上げると脱臼する危険性があります。



2. ぶらんこ 対象年齢：2歳～（発達段階にあわせて実施してください）



お子さんの脇と足をそれぞれ持ち、左右に揺らします。
歌に合わせてたり、揺らす幅を変えてみましょう。

※お子さんが転落しないよう注意してください。
無理に引っ張ると脱臼する危険性があります。