

## ぎったん ばっこん

大好きなママ・パパと、ずっと顔を見合わせていられるあそびなので、子どもたちは大はしゃぎ！大人も童心に帰って楽しみましょう。

●ほぐくむ力●

前庭覚

姿勢

運動コントロール



## あそび方

- 1 大人と子どもは、両脚を投げ出して向かい合って座ります。
- 2 足の裏同士を合わせ、両手をつないだら、「ぎったん、ばっこん」と交互に引っ張り合います。

▲ ひざを伸ばして行ないますが、痛みがあるようなら無理をせず、少し曲げて行なってもいいでしょう。



## ことばのポイント！

「ぎったん」「ばっこん」など、体の動きに合わせた擬音語は、覚えやすいのが特長。「ぎ〜っ、こん」とアレンジを加えながら繰り返して。



## からだのポイント！

イスに座る生活をしていると、ももの裏の筋肉（ハムストリングス）が硬くなりがちです。このあそびでしっかりほぐしてあげましょう。

## はい ど〜ぞ

「ちょうだい」「はい、ど〜ぞ」のかけ合いが楽しいあそびです。ことばが出なくても手渡すことができれば、状況はしっかり理解できています。

●ほぐくむ力●

言語コミュニケーション

姿勢

手の器用さ



## あそび方

- 1 子どもが何か手に持っているときを見計らって、「ちょうだい」と手を出します。
- 2 子どもが大人の手にもものを置いたら、「はい、ど〜ぞ」と大人が代弁します。
- 3 上手にできたら「ありがとう」。お返しに「はい、ど〜ぞ」と子どもに何かを手渡してもいいですね。



## ことばのポイント！

「ちょうだい」のときは、しっかり手のひらを見せて、ここに載せるんだよということを伝えます。言い方にアレンジを加えても楽しいですね。



## からだのポイント！

手を出すときは、子どもの目の前にしっかりと見せるように差し出しましょう。大人の手をすぼめるなどすると、子どもの手の器用さが養われます。