

## 13

## ぐるりんパッ!

10か月以降

0〜1歳



コシが身につく!

- ☑ バランス感覚
- ☑ 親子の絆

▶子どもと向かい合わせになるようにだっこをします。▶そのまま、大人が「ぐるりん……」と回転。▶元の位置に戻ってきたときに「パッ!」と子どもの顔を見ます。▶「ぐるりん……」と「パッ!」の言葉と動きのメリハリ、大人のやさしい表情に子どもは大喜びです。



## あそびのポイント!

回転方向は左右まんべんなく。繰り返すと、子どもも「パッ!」に合わせて笑うようになります。

## 14

## ブシュブシュブシュ

10か月以降

0〜1歳



コシが身につく!

- ☑ 腹筋
- ☑ 感覚の刺激

▶子どもを仰向けに寝かせて、「あたま かた ひざ ポン」のメロディーに合わせて、体のいろいろなところを触りましょう。▶最後の「ポン」の部分をも、「ブシュッ」に変えると楽しくなります。

- ①「♪あ〜たま かた ひざ」👉歌に合わせて順に触ります。
- ②「♪ブシュッ」👉ポンに代えて「ブシュッ」。お腹をやさしくつかみます。
- ③「♪ひざブシュッ ひざブシュッ」👉お腹同様、膝をつかみます。
- ④「さいごは〜 コチョコチョコ〜」👉子どもの体をくすぐります。



## あそびのポイント!

「さいごは〜」のあと、くすぐる前に「タメ」をつくるのが楽しむコツです。