

にこにこだより ☺



まちっこ保育園
町田市南大谷 3-7-20
TEL : 042-785-5650

寒い日が続きますが、晴れた日には空気が澄み、冬ならではの自然を感じられる季節になりました。
今年度最後は、昔から身近にあった冬の「自然あそび」をテーマにご紹介いたします 🍁

赤ちゃんとお楽しみ自然あそび

<準備するもの>

いっさいなし!!!
(暖かい格好をして外に出てみよう!)



①落ち葉はどんな音? 🍁

落ち葉の上を歩いたり、踏んだりして音や感触を楽しんでみよう!
まだ歩けない、嫌がるお子様は抱っこしながら一緒に踏むのもおすすめです。

ONE POINT!!



踏むたびに音や感触は変わります。
「カサカサ聞こえるね」「サクサクするね」など感じたことを
聞こえたまま言葉にしてみるといいですよ!

②日向と日陰 ☀️

日向と日陰を行き来して、暖かさの違いや明るさの違いを感じてみよう!
少し立ち止まってこの時期ならではの空気の差を身体で感じられますよ。

ONE POINT!!



同じ場所でも感じ方が変わる体験が、感覚を優しく刺激します。
「こっちは暖かいね」「こっちは暗いね」などと声を
かけてみるといいですよ!

「え!これが遊び?」と思うかもしれません。
「何かをさせよう」と考えなくて大丈夫です。年齢が小さい
うちは、同じものを「見て」「感じて」「言葉を添える」時間
が子どもにとって大切な「あそび」になります ✨





しと口でエモい！？伝承遊び！！

昔遊び第4弾は**原点にして頂点！！**「自然あそび」について深堀をしてお紹しします！
～不規則で予測できないから良い！？～

自然あそび

現代は“遊び”そのものが進化し、便利に楽しめる物が多くなってきました。しかし、少し前の子どもたちは、石や葉っぱ、風や光など、身の回りの自然を使って遊びを楽しんでいました。楽しさの要因の一つとして同じことが繰り返されない「**不規則な刺激**」が子どもの育ちを支えてきました。

不規則でやさしい刺激！？

自然の中には、同じ動きや形、音などが繰り返されることはほとんどありません。石の形や風の強さ、落ち葉の音、地面の感触などその時々で少しずつ変わります。こうした「**不規則でやさしい刺激**」は脳にとってとても心地よい刺激となります。強すぎず、予測しきれない体験が、体や感覚をゆっくり整え、脳に心地よい働きかけをしてくれます💧

なにがいの！？🧠

自然あそびの良いところはまずなんといっても特別な準備や頑張りがいらなないこと。外に出てお気に入りの身近な公園などで、石や葉っぱ、風の音や地面の感触を一緒に感じるだけで、子どもは多くのことを学んでいきます。また、自然の中には「見る」「触る」「聞く」「感じる」といった**五感**をたっぷりと使う遊びです。落ち葉の音や風の冷たさ、光の入り方など一つ一つが体に届く大切な刺激です。さらに自然あそびには毎回同じことは起きない「**不規則でやさしい刺激**」にあふれています。こうした予測しきれない刺激に出会うことで、体のバランスをとったり、感じたことを整理したりする力の土台が自然に育まれていきます💧特に乳児期は、脳や体が急速に育つ時期であり、優しい刺激を繰り返し経験することがとても大切になります。上手に遊ばせようとしなくて大丈夫！大人がそばで「カサカサ音がするね」「冷たいね」と、言葉を添えてあげることで子どもは安心し、自分の感じたことを受け止めてもらえたと感じます。自然と一緒に感じ、同じものを見て触って感じることで、心や体、脳の成長に欠かせないものになりますよ💧

ぜひ一緒に自然を感じて、子どもと同じ時間を楽しんでみてはいかがでしょうか😊