

おうちで ENJOY ♪ 第8弾

～布団でアスレチック～



外出自粛でなかなか外に出られず、からだを動かしてあそぶことができない状況が続いています。そこで今回はおうちの中でエネルギーを発散できるあそびのアイデアをご紹介します。

注：あそんでいる間は、必ずお子さんから目を離さないようにしてください。

1. やまのぼり

布団を使って山を作ります。(敷布団を三つ折りにたたんだだけでもOK) 子どもが山を見つけるとすぐに上りだします。はいはいの赤ちゃんも楽しめます。



2. トンネル

布団を折り曲げてトンネルを作ります。トンネルの中をくぐってあそびます。



3. すべり台

布団の山にマットレスや固めの敷布団を斜めにおいてすべり台をつくります。(あまり滑りませんが、乳児さんには丁度よいです。)



4. かくれんぼ

布団の中にかくれてもうひとりが探すだけ。隠れているところが簡単にわかってしまうのに子どもは大喜び。乳児さんなら大人が隠れて「いないいないばあ」と顔を出してあげると喜びますよ。

5. ハンモック

大人が二人いれば、タオルケットに子どもをのせて両端をもって、ゆらゆら。しばらくゆすってから布団の山にポトンと落とします。※お子さんを落とさないように気をつけてください。



6. 大風こい

まだ小さい赤ちゃんには、頭の上でスカーフやタオルをゆらゆらさせて楽しめます。うたいながら行くとより楽しめますよ。