

ペアレント・トレーニング

(株) エスエムディ
2024. 2月

暦の上では、春になりましたね。みなさん元気にお過ごしでしょうか。

さて、今回のテーマは・・・

『自然遊び』について、一緒に考えていきたいと思います。

近代では、室内で楽しめるおもちゃやゲームなどがたくさんあり、外で遊ばなくても、お家で退屈することがなくなってきました。しかし、快適な室内空間だけでは、生きていく上で必要な感覚(五感)を養うことが難しいです。そこで、今回のペアトレでは「自然遊びが子どもに与える影響は?」「自然に触れる・感じる遊び方」についてご紹介していきたくと思います。

自然遊びが子どもに与える影響は?



感覚刺激に効果があります
四季の移ろい、風の音、動植物など、見て聴いて触りながら五感を通じてたくさんの感覚刺激が入力できます。デコボコ道や木登り、潜ったり、またいだり。**基礎感覚**、**危険認知**が遊びの中で養えます。

全ては自分で「体験する」からこそ、**得られる「生きるための学び」**

楽しかった、面白かった、ちょっぴり怖かったなど、実際に体験したことはなかなか忘れることはありません。**インプット&アウトプット**しやすいのも自然遊びの強みです。

自然の中には遊びのルールは**ありません**

誰がどんなふうに遊んでも大丈夫! 100人いれば100通りの遊びがあつていい。子どもたちが夢中になってしていることはだいたい「今、この子が育っているところ」です。それを満足するまで寄り添えばいいのです。

発想を豊かにするとともに、社会性、協調性が育ちます

一つの遊びが満足すると、また新しい遊びや刺激を子どもたちは求めます。

遊びを自由に変えられる**柔軟性**があるのも自然遊びのいいところ♪

決まったルールがないということは、正解も間違いもないこと。「うまくいかなかったらまあ、いいか。今度はこうしてみよう」という**発想の柔軟性**も養われます。また、**異年齢での関わり**もしやすく、遊びの中で**模倣**や**他者への親しみ**や**思いやり**、**遊びの学び**が深まっています。

自然に触れる・感じる遊びの例をご紹介します



 **道草あそび** 

あらゆるところを「道」にして歩きます。路側帯や、石垣、時には溝の中! いつのまにか**足裏の刺激**や**平衡感覚**に役立つ動きをしていることでしょう。またお子さんと一緒に見て触れて感じたものを言葉に表すと、**言葉と実際の概念**が育ちます。小さな発見を共感したり、大人に認めてもらえたりすると、**自己肯定感**も高まります。

 **落ち葉や木の実などを使って おままごと** 

家の中ですることのあるごっこ遊び、たまには**外でもごっこ遊び**してみてください。オススメは、**落ち葉や木の実**などの自然にあるものを活用してみるということ。プラスチックのボールやスプーンなどを使って、混ぜてみると「**カサカサ**」「**コロコロ**」と音がするから面白いですよ(^^) 中には良い香りのする木もあるので「**良い香りがするね**」と声をかけて香りに気付けるようにしてみてください。

川や水たまりで音を楽しむ

こどもたちは川や水たまりに石を投げ入れて「**ドボン!**」と音がするのが大好きです! 入れる石の大きさによっても音が変わるので、**新たな発見**につながります。雨の日に長靴を履いて水たまりに入って「**びちゃびちゃ**」という音を楽しむのもオススメです♪



