

あそびのまなび



長浜市児童発達支援センター・こども療育センター

6月のテーマ

ブランコあそび

療育のあそびの中から、今回は「ブランコあそび」をご紹介します。
登園後の自由遊びや設定遊びの中で、子どもの様子や課題に
合わせてブランコあそびを設定して取り組んでいます。
今回は、その目的や遊び方をご紹介しますと思います。



どんな効果があるの？

- 筋肉の発達
腹筋や背筋の筋肉を鍛えます。
- バランスを保つ力
揺れを感じたり、速さの変化を感じたりして、姿勢と体のバランスを保つ力を育てます。
- 社会性の力
順番を待つ、交代するといったルールを守る中で、社会性の力を育てます。
- 対人コミュニケーションの力
「もう1回したいな」「押して」など自分の思いを相手に伝えたり、一緒にブランコに乗ってやりとりを楽しんだりして、対人コミュニケーションの力を育てます。



こんなふうに遊んでいるよ

- ひとりで乗る
揺れや速さやブランコの傾きに対して姿勢を保持する経験につなげていきます。大人が揺らすことでいろいろな揺れや速さの変化を楽しんだり、好きな揺れ、心地よい感覚の中で要求表現を多く引き出したりしていきます。
- 大人と一緒に
姿勢保持が難しい子どもは、大人が子どもの腰を持ったり、隣に座ったり、膝に乗せたりして、安心できる姿勢を作ることによって、一緒に楽しむことが出来ます。揺れを体感することで遊んで楽しいという経験や、好きな遊び、好きな感覚の幅も広がっていきます。
- 友だちと楽しむ
2～3人の子どもが乗れる大きなブランコがあります。みんなで乗ってお手玉を箱に入れたり、的を蹴ったりして遊びます。友だちとのやりとりの中で、いろいろな表現で自分の思いを伝えたり、相手の思いを知ったりして、相手に合わせて行動するなどの対人コミュニケーションの成功経験を積み重ねていきます。

『ブランコあそび』がこわい子へのかかわり

揺れが怖くてブランコに乗れない子がいます。そのような子に対しては、大人が子どもの背中や腰、首筋を支えながら向かい合うように安定した抱っこをしてください。

子どもが不安を感じない抱っこの状態でゆっくり前後に揺らしながら、安心して、揺れを受け入れる経験から始めていきましょう。この揺れを怖がらなくなってきたら、ブランコにチャレンジしましょう。同じような格好で大人がしっかり抱きしめ、安心できる状態でゆっくり前後の揺れから始めましょう。

参考文献『感覚遊び運動遊び：木村順』