

A-3

やってみよう!

子どもと楽しむ運動遊び

子どもと体を動かして遊んだことを振り返り、チェックをしてみましょう。

遊びチェック

以下の遊びから、子どもと一緒にしたことがある遊びには○、よくしている遊びには◎を () に入れます。

体のバランスをとる遊び

- () お馬ごっこ
- () 膝のお山に立つ
- () 腕にぶら下がる
- () 飛行機
- ※保護者はあおむけで寝
て膝の上に子どもをう
つ伏せに乗せる

体を移動させる遊び

- () かけっこ
- () 鬼ごっこ
- () かくれんぼ
- () しっぽ取り
- () 親子でジャンプ

物を操作させる遊び

- () ボール転がし
- () ボールけり
- () フープ回し
- () 竹馬
- () 棒引き

※提示している遊び以外でどんな遊びをしたことがありますか?
(公園遊びや自然遊びなど、体を動かす遊びを自由に書いてください。)

チェックをして、気が付いたことを書きましょう。



子どもと
楽しめる!

我が家のエブリディ運動遊びチャレンジ!

毎日無理なく
できる!



気が付いたことや感想を書きましょう。

