

子育てコラム 24

「遊びの発達 — 幼児期前半 —」

1.2歳児の保護者の方から「どんな遊びがいいですか」とよく聞かれます。子どもは遊びにより、感性や情緒、運動能力などを養い、生きる力の基礎を培っていきます。好奇心旺盛な子どもは、自ら遊びを見つけることも楽しんでいます。子どもは元来外遊びが大好きです。五感を重視した“直接体験”である原体験を、自然の中での遊びや触れ合いを通じていっぱいさせてあげましょう。体の中には感覚器が多く存在し、関節の動きや力加減を感知する「固有受容覚」や、体の傾きやスピードの変化を感知する「前庭覚」という重要な感覚があります。これらは触覚を含め、動きや行動にも大きな影響を与えます。

子どもはさまざまな感覚を働かせながら体を動かして遊びに没頭します。養育者との安心できる関係、「安全基地」があるからこそ遊びに没頭できるのです。子どもは遊びに集中していても養育者の存在を意識しています。アタッチメントが安定している子どもは、何かあったら安心できる養育者をめがけて泣けば守ってくれるという見通しを持つことができきます。その見通しに支えられて冒険し、自分の世界を広げていけるのです。

昨今足底を地に付けてしゃがめない子が増えてきています。砂場遊びもいいですね。しゃがんだ姿勢を保ちながら手を使うのでバランス感覚も養い、砂に触れての触覚刺激や両手動作も促します。砂場がなくても、屋外での土遊びや泥んこ遊びは子どもが大好きな遊びです。

またこの頃、1歳の子までスマホの画面を上手にスワイプしている光景をよく見かけます。自然界で私たちが触ることのできるものは沢山あります。見ることができものも沢山あります。風、光、水、香り、静けさなど、自然界のさまざまなものを感じ、触れさせ、見させてあげたいものです。