

# 家庭で出来る 0歳児の遊び



## 【0歳6ヶ月】

興味のあるものをつかむなど、能動的な動きが増えます。隠したものが出てくることも予想できるようになり、「いないいないばあ」などの遊びを喜ぶようになります。不安定ながらおすわりができるようになる子もいます。

### 「はいどうぞ」

興味をもったものに手を伸ばす動きが出てくると、やりとり遊びが楽しくなります。おもちゃを「はいどうぞ」と渡したり、ボールを「いくよー」と赤ちゃんのほうに転がしたり。まずは大人のほうから渡す動作を試してみましょう。そのうち、赤ちゃんのほうから大人に手渡す動作が出てくることも。

### 「いろいろ “いないいないばあ”」

この時期の赤ちゃんが大好きな遊び。手を使ってやるだけでなく、ハンカチやタオルで顔を隠して出してみたり、おもちゃや人形を出してみたり。テーブルの陰からぬいぐるみを「ばあ！」と出して「トコトコトコ…」と赤ちゃんのほうに歩かせてみたり。いろいろな「いないいないばあ」を楽しんで。

## 【0歳7ヶ月】

おすわりがちゃんとできるようになり、両手を自由に動かせるようになります。好奇心がひろがり、ほしいものの方を見て「アッアッ」などと声を出したりすることもあります。中には人見知りが始まる子もいます。

### 「高い高い」

体つきがしっかりしてくる頃なので、体を使ったダイナミックな遊びを喜びます。赤ちゃんの両わきをしっかり支えて「たかいたかーい」と抱きあげる遊びは大好き。その姿勢で、赤ちゃんのおなかを「コチョコチョコ」とおうちのかたの頭でくすぐると、頭の感触がおもしろく、さらに赤ちゃんが喜びます。

※落下させないよう注意してください。※頭を強く揺さぶらないようにしましょう。

※頭を天井や電燈などにぶつけないように注意しましょう。

### 「トントンパンパン」

さまざまな音を楽しむ遊び。赤ちゃんの手をとって、空き箱や缶などを一緒にたたいてみます。「トントンって音がしたねー」と声をかけたり、リズムをとってみたり。自分が働きかけた結果、音が出るということが、赤ちゃんにとっては新鮮な体験。どんな音が出るか、いろいろなもので試してみましょう。

※缶や空き箱に、鋭利な部分や指を挟みそうなすき間などがないかを確認し、けがにつながらないように注意しながら必ず一緒に遊んでください。※缶詰の空き缶は使わないでください。