

令和2年5月28日（木）

## つつじルームからのお知らせ No. 3

非常事態の中、クラスからの学習課題でいっぱい、つつじの活動までは難しいという方もいるのではないかと思います。

つつじルームの活動と普段から行っている遊びでは、どこが違うのだろうと感じた方もいらっしゃるのではないのでしょうか？「つつじルームからのお知らせのNo.1」に、取り組み方のポイントを載せました。その中に「活動の内容や程度は大人が決める」とあります。子供たちは楽しいと感じる活動は大好きです。反面、苦手に感じることや難しすぎることは、避けてしまいます（これは大人も同じですね）。例えば指先を使うのが苦手なお子さんは、すすめられればやりますが、自分から折り紙をしようとはなりません。それで「活動の内容や程度は大人が決める」ことが必要になってきます。

だからといって、子供が自分の好きな遊び、自由遊びをすることは、決して無駄なことではありません。自由遊びは、得意なことを増やし自己肯定感をもつ、楽しくするために工夫する、自主的に活動するなど、子供の成長に欠かせないものがたくさん詰まっています。

大人が子供に遊びを勧めることが難しければ、自由遊びでも構いません。毎日、美味しいご飯を食べさせるように、子供たちに栄養のある遊びを確保してあげられるといいですね。

晴れの日には初夏の暑さ、雨の日には肌寒さと、気温の変化も大きいですが、元気に過ごして生活リズムや体調を整え、学校生活に戻るための準備をしてください。

### ① 棒でタッチ

うまくできると、チャンバラごっこようになります。かなりの運動量です。

新聞紙などを棒状に丸めてテープで留め、30cmくらいの棒（剣のようなもの）を2本作ります。

大人と子供で1本ずつ持ちます。大人がいろいろな角度で棒を構え、その棒を子供が棒でタッチします。必ず、あらかじめ約束として「体に当たると痛いから、棒と棒を当てよう」と確認しておきます。つつじルームでは「この約束を守れなかったら、やめます」と活動前に伝えていきます。

初めはゆっくりと「はい」と棒を当てるタイミングの合図を出し、位置を確認しながらタッチしていきます。慣れてきたらスピードをあげます。上下左右、いろいろな位置でタッチします。上手になると、チャンバラごっこのような運動になります。

以前に紹介した「振り子タッチ」と同じく、棒をしっかりと目で追って、スピードや自分との位置関係を把握する練習になります。また、「体に当てない」という約束を通して、楽しいことはルールの上で成り立っていることを理解できます。

## ② お手玉

力まかせになげるのではなく、投げる強さや位置をコントロールします。

初めからクルクル回さないで、まずは慣れることから始めます。①と③は、片手（利き手）から始めて、もう片方の手、両手とレベルアップします。

- ① 上に投げて、キャッチを繰り返します。手だけ動かして、体は動かさないように気を付けます。肩より上まで、15 cm位までなど、いろいろな高さで投げます。
- ② お手玉1個を上下15 cmほどの間で、投げたり受けたりします。左右でも同じようにします。
- ③ お手玉を握り、肩の高さまで持ち上げて、パッと離します。落下するお手玉を上から手をかぶせるように素早く握ります。

パズル選びは、お子さんの実態に合わせて！

## ③ パズル

型はめパズル（ピクチャーパズル）でも、ジグソーパズルでも、お子さんの取り組みやすさや興味に合わせて選びましょう。根気が続くようであれば、ピースの多いパズルをお家の方と一緒に取り組んでも楽しいと思います。また、タングラムやスティックパズルといった、ピースを組み合わせていろいろな形を作るパズルもあります。

パズルの細かいところに注意を向ける力や、形を認識する力を養います。また、出来上がり図とピースを見比べることでよい眼球の運動にもなります。易しいパズルで時間を設定して取り組ませれば、時間感覚を養うのに有効です。

### タングラムパズル

三角形や四角形の木製パズルのピースを組み合わせて、図形を作ります。\*



### スティックパズル

いくつかの長さの異なる棒状の木製パズルのピースを組み合わせて、図形や文字の形を作ります。

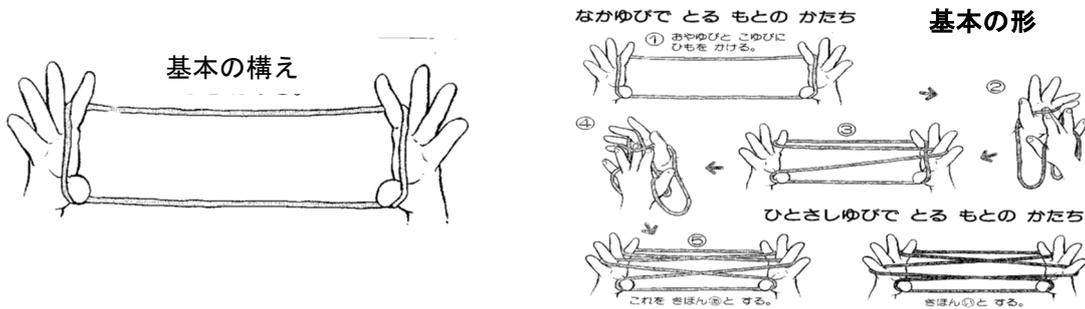


「ビジョントレーニング」北出勝也・著 図書文化社 2017年より

## ④ あやとり

指先をたくさん使う遊びです。指の背のほうからひもをすくうなど、日常生活の中ではあまりやらないような動きもあります。また、ひもの位置関係をよく見て指にかけていくので、空間認知の力を養います。

最初は、「基本の構え」と「基本の形」を1人で出来るようになることを目指します。次に「さかずき」に挑戦しましょう。



ちょっとくらいズレても気にせず、折りあげる喜びを大切にしましょう。

⑤ 折り紙

「ヨット」「かたつむり」「くわがたむし」の折図を載せました。折り方の中で「〇cm」とありますが、大体で折れます。出来上がったものを画用紙に貼って、貼り絵にしてもいいですね。

折り紙は好きだけど、折図が苦手という子も多いです。初めは一緒に作ってあげてください。

⑥ おすすめお手伝い

家でお子さんができるお手伝いの中にも、手先を動かすものや、時間感覚を養うのに有効なものがあります。家の人に喜んでもらえる、役に立っていると感じて、自己肯定感が高まります。

餃子作り → 具を包むお手伝いです。具をどのくらい入れたら上手にできるか量感が身に付きます。また、皮につける水の加減も考えながらできます。

テーブルふき、ぞうきんがけ → どちらもタオルやぞうきんを絞って、拭きます。絞る時は、どちらかの手は離さずに持ったまま、もう片方の手でねじって絞ります。テーブルは○や□などの形に合わせて、拭き方を決めるとよいです。

