

3歳からの「遊び♪」の提案

3歳を過ぎると、周囲への興味が広がり、物事の理解も進みます。集団生活が始まるなど、生活面でもより変化がうまれる時期になります。友だちと遊ぶようになり、おもちゃの貸し借りや、順番待ちなど簡単なルールが理解できるようになるでしょう。同様に友だちとの関わりを通じて、我慢することや許すことを学び、人との関わり方を徐々に学んでいきます。

▶ 心と体を育むオススメ遊び

健康で丈夫な体づくりのためにいっぱい体を動かせる遊びが大切です♪



公園遊び

運動能力を高めるだけでなく、戸外での遊びには、知的好奇心を刺激する要素がたくさんあります。季節に合わせて自然物を集め、ごっこ遊びにいかすこともできます。

お手伝い遊び

お手伝いも遊び感覚で楽しく取り組ませ、習慣にしていきましょう。「上手だね!」「助かったよ」など、子どもの達成感につながる声かけを。

創作遊び

積み木は積んだり家をつくったりと、想像力や集中力を養うことにもつながります。屋外・室内をとわず、身近にあるものを工夫してみると新たな発見に。

ごっこ遊び

おうちごっこやお買い物、〇〇やさんごっこなど、ごっこあそびの世界で繰り広げられるやりとりは、ことばや心、想像力、情緒的な面などの成長を豊かに育みます。

ものづくり

折り紙やお絵かき、ハサミを使った簡単な工作など、手先をたくさん動かせる活動を取り入れましょう。指先を動かすことで、知能の発達にもつながります。

絵本の読み聞かせ

今までは、視覚重視だったものが、よりストーリー性のある作品も楽しめるようになります。ゆっくり、落ち着いた感じの声で読むと寝かしつけにも効果的。

▶ 3歳児との関わり方におけるポイント

運動の機会を作ろう

簡単なルールも理解できるようになります。体を使う遊びには、五感を刺激する遊びがたくさんあります。

指先を動かす機会を作ろう

3歳は指先・手先の動きが器用になります。指先を動かすことで、知能の発達にもつながります。

「なに?」「どうして?」の気持ちを受けとめる

純粋な行動の表れです。瞬時に答えられない時は「なんでだと思う?」「一緒に調べてみよう!」と更なる興味につなげてあげたりする工夫も必要です。

自分の言葉、行動もふりかえてみる

こどもは、大人の言葉づかいや行動をよくみています。そのことを意識して、生活習慣や交通ルール、マナー等、日ごろの言葉づかいや行動に気をつけましょう。



親子で「一緒に」
楽しむのが
一番ニャン♪

おやこの遊び Q&A

Q1 遊びをうまく切り上げられません。
A 気持ちの切り替え方を教えてあげましょう。「もっと遊びたかったね」と気持ちを受け止めてから、「おしまいにしたら、おやつを食べよう」「片づけて、お散歩にいこう」等、お楽しみを用意してみても、また、予定を伝え子どもが見通しを持てるようにするのもオススメです。

Q2 お友達とあまり遊ぼうとしません。
A さまざまな遊びを体験して、興味を広げていきましょう。大人が同じ年齢のこどもとの関わり方の見本を示してあげましょう。遊びや活動に参加する事が楽しいと感じる経験を増やしていきましょう。

Q3 ゲームをやりたがりです。
A わが家のルールを決めてきっぱりと対応しましょう。「タイマーが鳴るまで」など、時間になったら必ず終わらせる覚悟が必要です。ゲームとの付き合いは「区切りを学ぶ体験」のひとつとしてとらえるのはどうでしょうか。