



## いっぱい体を動かして遊ぼう～3歳までに現れる発達の敏感期～



モンテッソーリ（ローマ大学、医学博士：幼児教育著書が多数）は将来の人格や人生の土台となるような**発達の敏感期は3歳**までに現れるとっています。大脳新皮質には約40億個の神経細胞があり、このとてつもなく大きく緻密な規模の脳内ネットワークは、**3歳までに働きかければ働きかけただけ、たくさんつな**

**がって**いくそうです。脳科学の分野でも、脳のネットワークが作られる第1次のピークが0歳から2歳、次は3歳から5歳の間といわれています。この時期にバランスよく働きかけてあげるとネットワークの土台ができ、将来の能力につながっていくのだそうです。（え？うちの子のきょうだいはもう5歳！もう遅い？…でも心配はいりません。6才になるまでに、ある程度の経験をしておけばとり戻せるといわれています。）



たとえば目の前の小さなボールをとろうとする時は…ボールを目で

とらえ、脳から指令がでて手が伸び、

手指を使ってボールを手に取ります。いわば、目と手の連携プレーです。このように**遊びを通して目と手の協応発達を促す**のです。その時期に適した、子どもが欲する遊びをタイミングよく与えると、子どもは**夢中になってその遊びに没頭**します。そのときこそ、**脳内ネットワークがどんどんつながっている**ときなのです。<「そのイタズラは子どもが伸びるサインです」より抜粋>  
(文：佐藤 裕子)

### <幼児期における運動の意義>

1. 体力・**運動能力の基礎**を培う  
→**姿勢**を維持し体を支える力や運動を続ける能力が向上する
2. 丈夫で健康な体になる  
→健康を維持するための**生活習慣**がつけられる
3. **意欲的に取り組む心**がはぐくまれる
4. **協調性やコミュニケーション能力**が育つ
5. 認知的能力の発達に効果がある  
→**脳の発達を支え、想像力豊か**になる

(出典) 文部科学省：幼児期運動指針ガイドブック 2012より抜粋

## ほっとさんの教え（臼杵市家庭教育10か条）の中から

### ⑩ **無償の愛を感じると 子どもは安心して自立に向かうよ**

臼杵市家庭教育基本方針に「外遊び・読み聞かせなどで、積極的に子どもと向き合い・関わり、子どもとの時間を楽しく・笑顔で過ごしましょう」とあります。**遊びながら楽しく体を動かしましょう。**





# にじっ子ひろば

2019・6・13

## 「かえるのうた」

かえるのうたが きこえてくるよ  
 クワクワクワクワ  
 ケロケロケロケロ ケロケロケロケロ  
 クワクワクワ



## 「ほたるこい」

ほ ほ ほたるこい  
 あっちのみずは にがいぞ  
 こっちのみずは あまいぞ  
 ほ ほ ほたるこい



時間	活動内容
9:30	受付 自由遊び
10:00	ごあいさつ 体操「さんぽ」 読み聞かせ：大型絵本 「たまごをこんこんこん」
10:30	芋植え
10:45	土遊び…土で遊ぼう お部屋遊び・リズム遊び “かもめの水兵さん”
11:00	手洗い、片付け
11:15	若林先生のお話 体操「手のひらを太陽に」
11:30	さようなら

◎次回は「たなばた」 6月27日（木）  
 受付9時30分～ 開始10時～ 中央公民館和室  
 持ち物：出席ノート・水筒・帽子・着替え・タオルなど

## おすすめ絵本

### 『ぴょーん』

まつおかたつひで：作・絵 ポプラ社  
 ページをめくると、いろいろな生き物が「ぴょーん」ととびはねている絵本です。表紙に描かれているかえるはもちろん、ねこやいぬ、ばつたにうさぎ…。最後にでてくる生きものはまさかの、かたつむり！さあ、とびはねることはできるのか！？ **生きものたちと一緒に子どもさんも「ぴょーん」ととびはねさせながら、楽しい時間を過ごしてくださいね♪**



### 『わが子が幸せに生きる力を育てる必携本！』

### スマホに負けない子育てのススメ』

諸富祥彦：著 主婦の友社

スマホがない生活が想像できない時代になりました。スマホは子育てにも大きく影響を及ぼす存在です。「**乳幼児とスマホ**」という章を読み、これからの子どもたちが、**どういう大人になっていくのか、不安を覚えずにはいられません**でした。**スマホに依存することなく、「自分が主役なスマホとの関係性」をつかっていけるような人間になることが大切**です。そのための勉強を、まずは親が始めなければいけません。



一冊めはこども図書館、二冊めは野津分館所蔵です。予約もできます。市営駐車場の無料券(二時間分)ももらえます。

