



# よろず運動療法相談所

小児小委員会

「どんな遊びをしていますか？」

今回は、1歳過ぎから2歳までの子どもにどんな“遊び”がいいか紹介しようと思います。まず、遊びの紹介をする前に**1歳過ぎから2歳までの発達特徴**を考えてみましょう。

- 乳児期が終わり、幼児期に入るこの時期は行動範囲が広がり、探索行動も多く運動機能が発達してきます。自己主張も強くなりますが、母親に対する依存心も強い時期です。
- 食事はスプーンを握り、うまく口に運べないときは、食べ物を手でスプーンの上ののせて食べたりもします。
- 睡眠は1日12時間程度ですが、昼間興奮したり、不安なことがあると、夜中に激しく泣くことがあります。尿意をもよおすと知らせるようになり、便器に座らせると、排泄するようになります。
- おおむね1歳半ころまでは歩くようになり、運動は、ブランコ、滑り台、三輪車等にのれるようになりますので、この時期は全身運動をさせることが大切です。
- ことばが発達する時期で、次々と新しい言葉を身につけていき、1歳半頃になると、言葉は10語以上はなせるようになり、2語文を話します。同時に話すことによって新しい人間関係もできていくので、特にこの時期のことばを育てることに配慮したいものです。大人を介して、2～3人の子どもと遊ぶことができますが子供同士の関わりはあまり見られません。
- 感情表現も豊かになり、恐れ、喜び、怒り等の感情を表せるようになります。またこの時期は大人の愛情を求め、可愛がられることを喜びます。単純な動作を褒められると、得意顔で何回もやって見せるなどの特徴があります。

## 子どもの発達に応じた遊びとオモチャ

この時期の子どもは歩行を獲得し、**自由に動かせるようになった体**を動かすのをとても好きです。**屋内、屋外のいろいろな場所で遊べる**ようになります。年齢と共にできることも増え、**遊びの難易度も変化**していきます。それによって子ども自身が成長を感じることができます。遊びは子どもの発達に大きな影響を与えます。次に遊びの具体的な例を紹介します。感覚遊びとしては、**水遊び、紙粘土、小麦粉粘土遊び、新聞破り**など**感触や音など楽しむ遊び**がとても好きです。(図1)。**歌や歌に合わせて体を動かす**ことが大好きで、園の先生やテレビを見たりして、それを**真似ながら一緒に歌を歌ったり、自由に体を動かして遊んだり**します(図2)。**紙芝居、絵本**は、生活の中でよく見るものや体験している事柄について、描かれているものや綺麗な色のものに興味を持って見ようとします(図3)。この時期は、**様々な人や物事と出会いながら多くの体験**をしていきます。子どもの興味を尊重しつつ、子どもの遊びを一緒に楽しんでみてはどうでしょうか。(文責：浪本正晴)



図1 水遊び



図2 歌とおどり



図3 絵本