おひさま広場通信

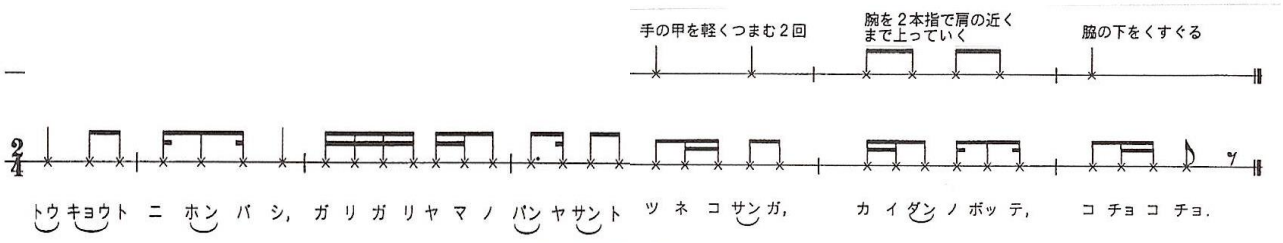
あそびの紹介

地域子育て支援拠点　姫路市立城陽保育所

わらべうたで遊ぼう

トウキョウト

・・・リズム通りに、歯切れよく唱えましょう。子どもの表情から気持ちを感じながら大人もいっしょに楽しみましょう。

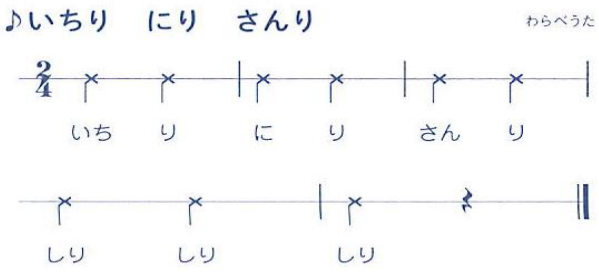


おすわりやす

・・・子どもを足の上に乗せ、上下にゆすります。最後の「セ！」で足の間にドスンと落とします。

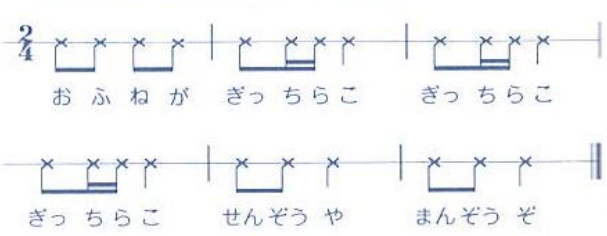
わらべうたで遊ぼう

♪いちり にり さんり しり♪



いちり　　…両足の親指をつまみます
にり　　…足首をつかみます
さんり　　…ひざをつかみます
しりしりしり…お尻の両側をくすぐります

♪おふねが ぎっちらこ♪



お子さまをおうちの方のひざにのせ、両手で背中を支えます。
おうちの方も一緒に体を前後に倒したり起こしたりして遊びます。

わらべうたで遊ぼう

ととけっこー

座る

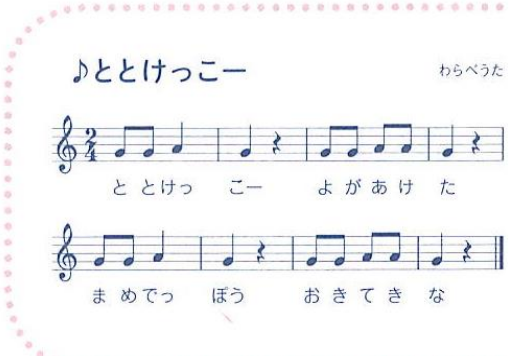
スタンバイ　親があぐらで座り、子どもを上に乗せます。

膝が痛いときや、子どもを乗せてつらく感じるときは、無理せずに正座や足を伸ばした状態で行いましょう。

♪ととけっこー　よがあけた
まめでっぽう　おきてきな

1 歌に合わせてゆらゆらと大きく横に揺らします。

2 最後に、「おはよう」と優しく声をかけて、子どもの顔をにっこりと見ます。



ふれあって遊ぼう

あし　あし　あひる

あし　あし　あひる　かかとを　ねらえ

・大人の足の甲の上に子どもの足を載せて歩きます。
・向かい合い手をつないでバランスを取りながら8歩進みます
・大人と同じ前向きでもいいですね
・前にも後ろにも進んでみましょう

いとまきのうた

いとまきまき　いとまきまき
ひいてひいて
とんとんとん
できたできた
こびとさんのおくつ

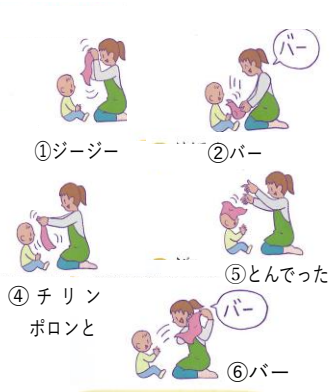
・両手をグーにして胸の前でグルグル回す
・両手をグーにし、肘を曲げたまま左右に2回引く
・握りこぶしを3回打ちつける
・手拍子を8回打つ
・両手をばんざいし手をきらきらさせながらおろす
★「こびとさん」の部分をお子様の名前を入れてもいいですね

わらべうたで遊ぼう

ジー　ジー　バー

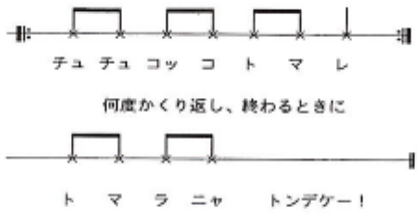
☆用意するもの：ハンカチ大の布。透けて見える布にするとお顔が見えます

① **♪ジージー**　おとなが両手で顔を隠すよう布を広げ、上下に揺らす
② **♪バー**　「バー」と言いながら布を下げ、顔を見せる
③ **①②を繰り返す**　（子どもの様子を見ながら何度繰り返しても良い）
④ **♪チリン　ポロンと**　前後に布を振る
⑤ **♪とんでった**　子どもの顔に布をかぶせるようにし、手をはなす
子どもと目を合わせ、少し間をおいてから「とんでった」をすると楽しめます。このタイミングがこの遊びのミソです
⑥ **♪バー**　布を取り除き、また「バー」という



ふれあって遊ぼう

チュ チュ コッコ



① ♪チュチュ コッコ トマレ　お子さまの手の甲をつんつんします
♪トマラニャ トンデケー　「トンデケー」で、つんつんした手を上にあげます

② ♪チュチュ コッコ トマレ　ハンカチやスカーフを縦に振ります
♪トマラニャ トンデケー　「トンデケー」で、ハンカチをふわっと放します

★手の先を見たり、落ちてくるハンカチを見たりして遊びます

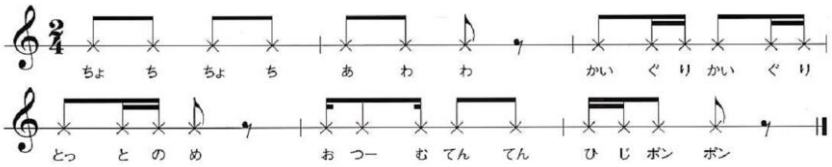
だるまさん

♪だるまさん だるまさん
にらめっこ しましょ
わらうと まけよ
あっ ぷっ ぷっ

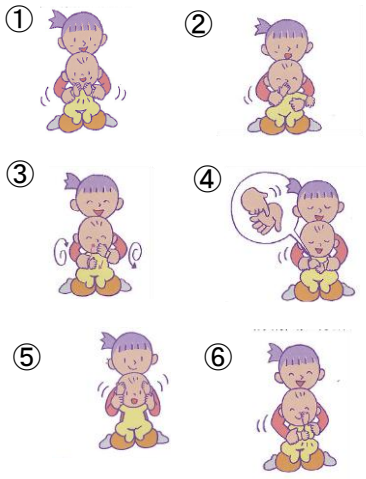
① お子さんと向かい合わせになって座ります
② ”あっぷっぷ”の歌詞と同時に面白い顔、変顔、真顔をして相手を笑わせます
★笑ったり、ふきだしたりした方が負けです
表情豊かにいろんな顔をしてみましょう

わらべうたで遊ぼう

ちょち ちょち



☆子どもを膝の上にのせて、両手を動かす遊びです。

① **ちょちちょち**　唱えながら、子どもの手を持って２回拍手をする
② **あわわ**　手のひらで、口を軽く３回たたく
③ **かいぐりかいぐり**　両手をグーにして回す
④ **とっとのめ**　人差し指で、もう一方の手のひらを数回つつく
⑤ **おつむてんてん**　両手で頭を軽くたたく
⑥ **ひじポンポン**　片手でもう一方のひじを２回たたく

※「ひじポンポン」の「ひじ」の部分を「おへそ」「おしり」にかえても楽しいですね