



## ～水や泥への関心～

水遊び・泥遊びが好きな子ども達は多いですね。子どもの行動には必ず理由があります。水や泥に触れるのも発達のために必要なプロセスのようです。感覚神経を育てる為には、実際に何かを見たり、聞いたり、触ったりしなければなりません。子どもは遊びながら自分の神経を育てているのです。今回は遊びの効果を紹介したいと思います。

## ～水遊び・泥遊びの効果～



## その1 心身共に開放的になる

水や砂、泥は子どもの身も心も開放してくれる遊びのツール。夢中になって遊ぶ中で「本来の自分」を表に出しやすくしてくれます。また、泥遊びを通して心が開放的になり、よく笑い、よくおしゃべりをするようになります。

## その2 創造力・想像力・集中力・忍耐力がつく

土・泥・水、どれをとってもひとつの素材だけで、多様に形を変えます。水を加えたり、減らしたりするだけで固さや感触が変わるので、想像力が掻き立てられます。また、崩したり、作ったりを繰り返す中で「次はどんな形にしよう」「これはどんな風に壊れていくんだろう」と、想像力（思い描くこと）や創造力（工夫して作り出すこと）が育まれます。遊びに夢中になることで、自然と集中力、忍耐力も身についてくるのですよ。

## その3 健康な身体づくり

泥に触れることで、適度な刺激となり、皮膚が鍛えられます。泥には雑菌が混ざっていて、その雑菌に対する抵抗力も強くなるのです。また、視覚や聴覚、味覚、触覚、嗅覚といった五感が発達し、感性を磨くことができるのです。

## その4 仲間ができ、集団行動に馴染みやすくなる

友達と協力し合う事、イメージの違いから喧嘩になる事、そうしたトラブルを経験する中で、今後の人生の壁を乗り越えられると言われていています。また、泥遊びを通じてコミュニケーション力、他人への思いやりの心、仲間と共に泥遊びをする中で培われていくのです。

## その5 自己肯定感が育つ

「がむしゃらになって遊ぶ」という体験こそが、自己肯定感を育てていくと言われていています。自己肯定感の低いお子さんがいたら、ぜひがむしゃらになって遊ぶ体験を多くさせてほしいと思います。一度、水たまりでぼちゃぼちゃと遊ばせるだけでもいいです。水の音、弾ける水に興味を示し、夢中で遊び、同時に笑顔がどんどん湧いてきます。

## &lt;光る泥団子&gt;

用意する物…土、水、柔らかい布

作り方…土に水を混ぜてひたすら丸め、乾いた土をかけて形を整えます。最後に柔らかい布で磨いて完成です！



子ども達は丸めて固まるだけで楽しいのです！遊びの中で、どうやったら上手く作れるのかを考える事が大切なのです！

## 家庭でも出来る遊び

## &lt;ペットボトルで水鉄砲&gt;

用意するもの…ペットボトル、キャップ、曲がるストロー、キリ、マスキングテープ、カラーペン

作り方…ペットボトルキャップの真ん中にキリで穴を開けます。ストローの曲がる部分を下にして穴に通し、キャップを閉めます。マスキングテープやカラーペンでデコレーションしたら完成です。

お子さんと一緒に的を作って遊んでも楽しいと思います！



## ♪おすすめの絵本

どろんこ どろんこ！ 出版社：福音館書店  
作：わたなべ しげお 絵：おおとも やすえ

どろんこ どろんこ！  
MORNING OF RAINY DAY



おなじみのくまくんが、シャベルとバケツを持って砂場にやってきました。砂を盛り上げて山を作ったり、シャベルを使って大きな穴を掘ったり。そしてバケツに水をくんでくると…  
いったい何ができるのでしょうか？



こぐまちゃんのみずあそび  
作/絵：わかやま けん  
出版社：こぐま社

じょうろでお花にお水をあげてたら…いつのまにかびしょびしょに！  
思いっきりどろんこになってみたくなる水あそびがいっぱいです。