

「五感の育ち 自然に触れてみよう」

室内に比べ、様々な情報量のある外での遊びは、子どもの「五感」を最大限に刺激し、脳の発達を促します。乳児期から幼児期の子どもには、「五感」を使って、人間の原点でもある“感覚”を発達させる事が大切だと言われています。

美しい景色を見たり、植物の匂いを嗅いだり、動物との触れ合い等の自然に触れることは、子ども達の様々な能力を伸ばし、貴重な体験になっていきますね。

今回は、自然に触れながら楽しめる遊びをご紹介しますと思います！！



自然遊びでの五感の育みとは？

視覚：変化する自然、季節による色彩の変化をじっくりと見てみる。

聴覚：川の音や鳥の鳴き声等、季節によって変化のある音を聞いてみる。

触覚：土の手触りや肌触りから、冷たさや温かさ、ふわふわ、ざらざら等感じてみる。

嗅覚：葉や土等、自然物の匂いを嗅ぎ、臭い匂い、甘い匂い等を感じる。

味覚：自然の中に自生している花や植物の蜜を吸って甘い、すっぱい等を感じる。



～冬ならではのしぜんあそび～

〇落ち葉や霜を踏む・木の实拾い

木が多い公園に行くと、様々な葉っぱや木の实が落ちています。落ち葉の中を進んで行くと、カサカサと音が鳴ったり色々な木の实が落ちたりしています。親子で一緒に集めるのも様々な発見があり、楽しいと思います！また、寒い朝には土に霜が降りて、踏むとサクサクと音がして、子どもにとって不思議で楽しい体験になります！

〇雪・氷遊び

雪だるまやかまくらを作って遊んだり家の外に水を入れたバケツやカップ等を用意したりして、氷を作っても遊べます。

〇冷たい風を受けながらかけっこ

「子どもは風の子」と言いますが、寒くなった冬でも外で遊ぶ事が大好きな子ども達。子どもと一緒にかけっこや鬼ごっこで、ひんやりとした風を受けながら遊ぶ事で、体もポカポカして気持ち良く汗をかいて遊べます。

しかし、汗の処理はしっかりと行ってくださいね。

バケツやカップで氷遊び

用意する材料：木の实や小枝・落ち葉

用意する道具：バケツまたはプリンカップ

- ① バケツに水を入れる。
- ② 水の中に木の实や落ち葉等を入れる。
- ③ そのまま外に置いておくと…
- ④ 朝にバケツを見ると氷の完成☆彡

☆水に絵の具を混ぜて凍らすと、綺麗な色がついた色水にも出来ますよ！

