

一本橋 (いっぽんばし)

尊敬・公平

キーワード

尊敬：自分が好き・人が好き

公平：順番があるということやどの子とも分けへだてなく関わるなど

ねらい

心身ともにリラックスし安心して人にゆだねる等、人への愛着・信頼を育み、楽しい遊びを通して、自分の気持ちを表現する力や意欲、おとなへ働きかける力を育む。



対象

おおむね0歳～1歳半
(おとなと子どもの2人組で、年齢
によっては子ども同士で)



所要時間

3分程度



準備するもの

なし

やってみよう

こんな場面で

- ・子どもが泣いている、子どもの気分を変えたい時。
- ・子どもが所在なげにしている時。
- ・健診等、待ち時間を利用して。

遊び・活動への誘いかけ

- * 子どもと向かい合って座ったり、ひざの上に抱っこしたりします。
- * 「さあ！今からこの一本橋が〇〇ちゃんのところに遊びにいきますよー」
(おとなが、人さし指をぐるぐるまわしたり、おなかなどツンツンふれたりする。)
- * 「さあ！どこに遊びに行こうかなあ」人さし指でぐるぐる。
「あっ！ここが(手のひらに触れて)来て来て！っていつてるよ。ここからいこうかなあ」と手のひらへ。

進め方

- ①♪一本橋♪
歌いながら人さし指1本で子どもの手のひらを2回トントンする。
- ②♪コチョコチョコ♪
手のひらをくすぐる。
- ③♪たたいて♪
手のひらをやさしく2回たたく。
- ④♪つねって♪
手のひらをやさしくつねるまねをする。
- ⑤♪階段上ってコチョコチョコ♪
手から腕をのぼって脇をくすぐる。
- ⑥「次は、2本橋（3本橋）が遊びにゆくからねー、待っててねー」
（2～3本橋も、①～⑤を繰り返す。）



- ※手のひらだけでなく、「頭から」「おへそから」「足の裏から」スタートしても遊べます。
- ※4本橋、5本橋と指の数を増やしてもOK！
- ※繰り返して慣れてきたら、子どもにしてもらうのも楽しいです。
（おとなの笑顔をいっぱい見せられてこどもの安心感が広がります。）
- ※保育所や子育て広場など他の子どもがいる場合には、「○○ちゃんの次ね」「待っててね」など声をかけることで順番などを学ぶことにもつながります。

ポイント

★初めてのときは、喜びの表情を見せないこともあります。が、「これは何？」と一生懸命考えています。繰り返すことで「コチョコチョコされる！」期待感が高まり、ワクワクドキドキ！最高の笑顔が見られます。この遊びを通して「もっとしてほしい！」という意欲とおとなに働きかける力が育ちます。どの遊びも、子どもがしぐさや表情で「もっとして！」と求めるなら、できる範囲で応えてあげたいですね。