



ふれあい遊びが脳を育てる

最近では、保護者参加などの保育行事が難しく、ふれあい遊びを提供できる機会が減ってしまい動画などにて、家庭でも楽しめる内容を配信しております。

今回は日本体育大学大学院名誉教授 正木健雄教授の著書である「脳をきたえるじゃれつき遊び」からふれあい遊びの大切さをお伝えいたします！



ふれあい遊びから社会性が育つ

書籍によると、ふれあい遊びを行うことで脳の「前頭前野」という部分が刺激されます。この前頭前野の機能は、人間が社会生活を送ることで大切な「人の気持ちを知る」「予測し考える」「葛藤する」などの機能を担っています。しかし、最近では子どもたちの遊び活動の低下によりうまく育てることができなくなっていると言われております。

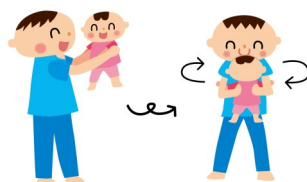
是非、ご家庭で0歳から学童まで思う存分ふれあい遊びを楽しみましょう！ふれあい遊びは子どもだけではなく、大人の脳も活性化され、更に体力を使うため健康の維持に役立ちます！

0歳から学童まで楽しめるふれあい遊び

スリルと空間認知力を
育てるエレベーター



回転感覚を楽しむ
メリーゴーランド



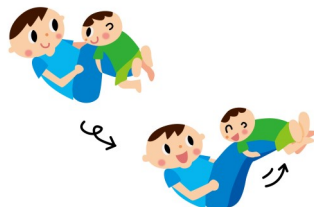
座布団やダンボールで
お舟遊び



腕の力を育てるバイク



しがみつく力を育てる
膝クレーン車



バランス感覚を育てる
馬遊び



ご家庭でお楽しみください！

QRコードからLine@にお友達登録をいただくと、
毎週、子育て情報をお届けします！

