

手指の発達に合わせた遊びとおもちゃ

【こどもの手指の発達の流れ】

★からだの発達は、個人差はありますが、基本的にからだの中樞から末端へと進んでいきます

にぎる
振る
つかむ

たたく
ひき出す
離す

つまむ
めくる
入れる
のせる

はがす
並べる
積む
ひねる

道具を使う
手指を自分の
思い通りに
操作する



★手指の運動には、「姿勢の安定」が重要になります。全身を使った遊びもたっぷり経験しましょう

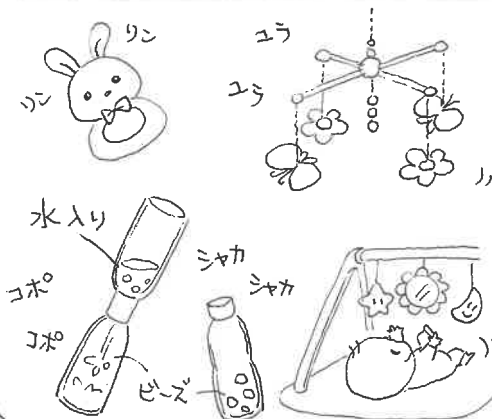
【手指の発達に合わせた遊びとおもちゃ】

おもちゃの破損や誤飲には
十分注意しましょう！



にぎる・振る・つかむ

ねんね・すりばいの頃



【おすすめのおもちゃ】

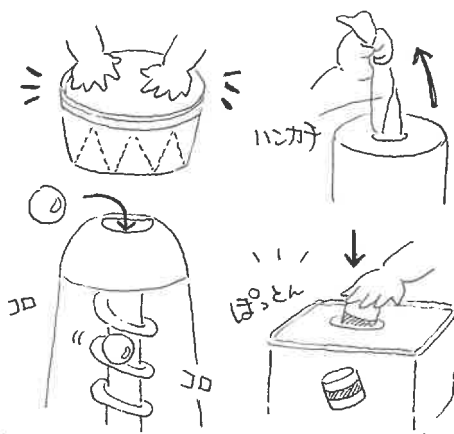
にぎり玩具（ガラガラ・ラトルなど）、ペットボトルのマラカス、
ベッドメリー、プレイジム、ウォーターボトルなど

揺れるもの、心地よい音のするもの、きらきらするものが好き♡
見る・聞く・舐めるなどの行為が遊びです。

優しい声で赤ちゃんに働きかけながら「見たい」「触りたい」を
応援しましょう。

たたく、ひき出す、持っているものを離す

おすわり・よつばいの頃

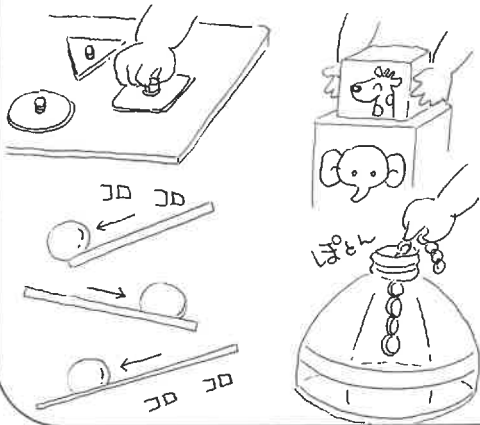


【おすすめのおもちゃ】

たいこ、ひっぱりBOX、ぽっとなBOX、スロープ転がり、車、
ふわふわボールなど

ねんねの頃と比べて目線の高さが変わり、視線が広がります。
「〇〇したら、△△なった！」など、気づきを楽しみ始め、
ひき出す、投げるなど散らかす(?)遊びが盛んになる時期。
触れることで音が出たり動いたりするおもちゃ、段ボールのトン
ネルなどで好奇心を刺激し、すりばいやよつばいを促しましょう。

つまむ、めくる、入れる、のせる よつばい・つかまり立ちの頃

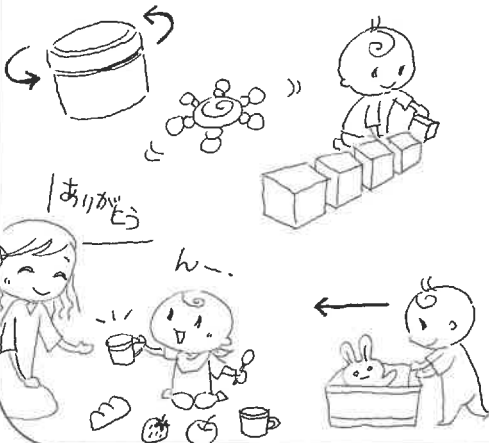


【おすすめのおもちゃ】

平面の型はめパズル、めくる布おもちゃ、チェーンリングボトル、つみきキューブ、ボール転がし、ホースリングなど

かぶる（腕を上げる）、立つ・しゃがむなどの動きが増える頃。つかまり立ちで手の届く位置におもちゃを設置したり、立ったり座ったりしながら遊べるおもちゃでからだを動かす遊びも取り入れましょう。

はがす、並べる、積む、ひねる よちよち歩きの頃

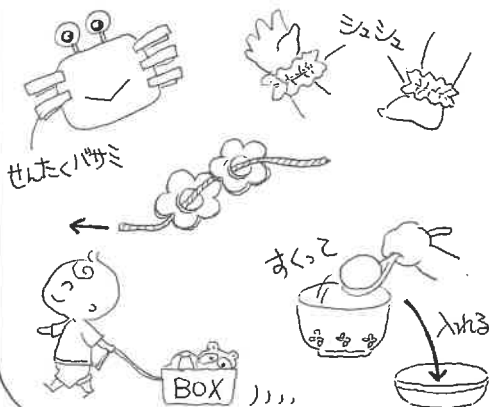


【おすすめのおもちゃ】

貼る・はがす（シール、マグネット、マジックテープなど）、牛乳パックつみき、まわす・ひねるおもちゃ、段ボール箱などの押し車、コップ・食べ物のおもちゃなど

歩くことそのものが楽しい！ 小さな段差を上るなど全身を使って遊ぶことを喜ぶ時期。簡単な見立てあそびも始まる頃。こどもの世界を共有し、言葉を掛けながら大人も一緒に楽しんで♪

【道具を使う、手指を自分の思い通りに操作する頃】 とことこ歩きの頃



【おすすめのおもちゃ】

洗濯ばさみ、スナップボタンつなぎ、ひも通し、シュシュ通し、ままごと、粘土、引き車、新聞（丸める・ちぎる）、マグネットの魚つり、れんげ（すくう）など

徐々に指先の力を調整できるようになり、自分のイメージの通りに道具を使おうとします。からだや手指を使って様々な体験ができるようなものを用意しましょう。

おもちゃ選びのポイントは、安全性が高く、こどもの手指やからだの発達に合ったもの。

何に興味を示すのか、今はどんなことができるのかがわかるとおもちゃ（自宅にある生活用品でも OK）選びのヒントになります。

入れる・積むなど同じ行為を何度も繰り返すのは、遊びながらからだや手指の機能を獲得したい！というサイン。こどもの「夢中」を温かく見守り、こどものペースで、大人も一緒に楽しみましょう。