



おうちで楽習保育®をやってみよう



リズムック® あそび編

平年よりも早い桜の開花となり、新年度を迎えるにふさわしいほかほか陽気が続いておりますね。春の日差しは、気持ちも明るく前向きになります。

自然と足取りも軽くなり、気づくと歌をくちずさんでいることも。

「リズムック®あそび」編では、保護者の皆さまからのご質問に答えながら、日々の親子のふれあいの中で、お子さまが楽しく音や歌に触れ、体を動かす喜びを感じる音楽あそびをご紹介します。

「リズムック®あそび」とは？

子どもが体をまるごと使い、仲間や素材と関わりあって歌や音を奏でる喜びや、気持ちを表現する楽しみ、体を動かす喜びを感じる音楽あそびのこと。音やリズムを体で感じながら身体感覚の活性化を促し、想像力を働かせながら創造性を育む、楽習保育®ならではのあそびです。

ママ・パパの悩みに 専門家が答えます！



子どもは歌が好きでよく歌っていますが、音程やリズムが気になります。親としてなにかできることはありますか？（3歳/女兒のママ）



歌が好きで、よく歌っている……なんて素敵なのでしょう。まず、お歌が好きなのと一緒に喜びましょう。音程やリズムを正確にしたいと思ったら、あまり複雑な歌ではなく、わらべうた等、あそびながらお子さまのうたいやすい音の高さで、一緒に歌ってあげましょう。



絶対音感を身につけさせたいと思っているのですが、どんな楽器を何歳くらいから始めるのが良いですか？（1歳/男児のママ）

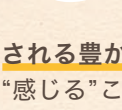


音楽能力を高めるためでしたら、絶対音感が必要とは限りません。音楽を勉強すれば、ほぼ自然に音を判別する力がつきます。

絶対音感より、音楽に親しみ、音楽によって心が動かされる豊かな感性を身につけることを大切にあげたいですね。「感じる」ことができれば、表現することも出来るようになりますよ。

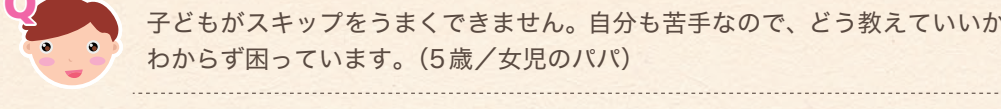


子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

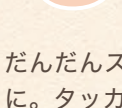


片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。



子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）



片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

片足ケンケンが出来ないと、スキップは出来ません。

まずは、どちらの足も、ケンケンが出来るようにするところからはじめてみましょう。はじめは、手をとって一緒にケンケン…途中で反対の足に変えて、一人で飛べるようになったら、右右、左左、と2回ずつ続けます。そこから、だんだんスキップのリズムにしていきましょう。はじめはゆっくり、だんだんリズムカルに。タッカ タッカとか、パッタ パッタなど口でもリズムの言葉を言いながらするのも良いですね。

子どもがスキップをうまくできません。自分も苦手なので、どう教えていいかわからず困っています。（5歳/女兒のパパ）

おうちでできる! リズムック®あそび

乳児編

＊お花がわらった＊

あそびの効果

親子のスキンシップ 情緒の安定をはかる

表現力・コミュニケーション力を育む

お子さまを抱っこして立ち、歌いながら一緒にゆらゆら揺れます。触れあっているだけで嬉しくなりますね。あまり難しくない歌を選びましょう。

お～はながわ～らった♪

い～ちどにわ～らった♪

お子さんの好きな歌で やっても楽しい!

ポン!

あ～たまかたひざ

ポン♪

め～みみ～

はなくち～♪



曲の終わりでくると回ります

幼児編

＊しあわせなら手をたたこう＊

あそびの効果

リズム感や反射機能を養う 思考力・運動機能の向上

表現力・コミュニケーション力を育む

みんながよく知っている歌ですね。歌詞にある“手をたたこう”“足ならそう”だけでなく、「ジャンプしよう」「ぐるっとまわろう」など、お子さんと一緒に何をするか考えているいるチャレンジするのも楽しいですね。

し～あわせなら…♪

カニたべよ～!

パクパク

パク～



楽習保育®公式YouTubeチャンネルでは、赤ちゃんから楽しめる親子のふれあいを大切にしたリズムック®あそびを紹介しています。

「楽習保育チャンネル」で検索!



リズムック®あそびで楽しくスキンシップ!
<https://onl.bz/WZEyCBK>

専門家の声 VOICE



いしかわ ようこ
石川 陽子先生

楽習保育®
リズムック®あそび
教育アドバイザー

社会の中にはデジタルの音があふれています。すべてが悪いわけではありませんが、まず静けさを感じることも必要だと思います。

そして、次に自然の音に耳を傾けましょう。鳥の声、風の音、枯葉を踏んだときの音。人間の耳はとても良くできていて、必要な音を選んで聞くことができます。反面、意識しないと素敵な音も聞き逃してしまいます。大人がいろいろな音、音楽に気づくように促してあげてほしいと願います。

そして、何年も演奏されているクラシックの音楽も、聞く機会があると良いですね。くるみ割り人形やマーチ等、子どもたちに聞かせると楽しんで聞ける曲がたくさんあります。