



おやこで あそぼう

おうちでフラガ

vol.35

作成:杉並区子ども家庭部児童青少年課



2歳以上向け

※自分の力でしがみつける
ようになってから挑戦しましょう。



~今回のテーマ~

おうちで遊園地②

「アームスインガー」

☆準備・・・けがをしないように、しっかりと準備運動やストレッチをしましょう。

☆遊ぶ時の注意点・・・ぶつからないように、周りに気を付けてあそびましょう!



① 子ども→腕を組みます。

左右の
二の腕を
しっかりと
つかみます。



※①~④のイラストは全て、
右手で回す場合です。

② 大人→子どもの腕をつかみます。

子どもの腕の下側から
手を入れます。
右手でまわす場合は
右腕を、左手でまわす
場合は左腕をつかむと
まわしやすいです。



③ 子ども→大人の腕を中心に 足を交差させてしがみつきます。



※まわる前に…
大人が腕を少し持ち上げてみて、
子どもが自分の力でしがみついて
いられるか、確認しましょう。

④ 大人→その場で体ごと 内側にまわらしましょう!

はじめは
ゆっくり
まわらしましょう。
慣れるまでは、
反対の手で背中を
支えてあげると
安定します。



ゆうライン

ご紹介します♡

杉並子ども家庭支援センターの「子どもと家庭に関する総合相談窓口」です。
お子さんのこと、子育てのこと、ご家族のことなど、
一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

☎5929-1901

月曜～土曜の午前9時～午後7時 (祝日・年末年始を除く)



今回のおうちでプラザは
子ども・子育てプラザ下井草
の職員が作りました。

