

保育者からの
メッセージ



平成18年 1月編集・発行
平成21年 1月改訂
平成24年 9月改訂
令和 8年11月改訂
仙台市こども若者局
幼稚園・保育部 運営支援課



こんな遊びが好き (5歳～6歳編)

身の回りのことが自立し、手指の動きが器用になり、文字を書いたり、運動能力が活発になってきます。これまでの経験をもとに、遊びを工夫して楽しむ時期です。

★一緒に遊ぼう！

親子で遊ぶ時間は、こどもの安心感や自己肯定感を育み、親子の信頼関係を深める大切な時間です。5～6歳になると心も大きく成長するため、一緒に遊びながら気持ちを共有することが、こどもの健やかな成長につながります。

文字・数遊び

親子で楽しく遊びながら、文字や数字に親しみましょう。



トランプで
神経衰弱、ばば
ぬき、
しちならべ。

オセロや
マンカラに
挑戦！



かるたなど、遊
びながら文字
や言葉に興味
を持ちます。

昔ながらの遊び

あやとりやわらべうたは、特別な道具がなくても気軽に楽しめる遊びです。親子でふれあいながら、ゆったりとした時間を過ごしましょう。



1人あやとりで
ほうきや東京
タワーに挑戦。
2人あやとりは、
教えあいながら
楽しみましょう。

「おてらのおし
ょうさん」「アルプ
ス一万尺」など、親
子で歌やリズムに
合わせて手を合わ
せ、ふれあいを楽
しみましょう。



★五感を使って遊ぼう！

見たり、聞いたり、触れたりするさまざまな体験を通して、好奇心や探究心が育ちます。また、「なぜだろう」「どうしてかな」と考えながら、豊かな感性や思考力を育みます。

いろいろな音探し

身のまわりには、いろいろな音がありますね。お子さんと、じっと身のまわりの音に耳を傾けてみるだけで、いつもとちょっと違う時間が過ごせます。



音の正体は
何かな？
確かめて
みよう

どんな音が
するかな？



光る泥だんご作り

湿った土をギュッとにぎって丸くします。乾いたサラサラの砂を何度もかけて、丸め、表面が乾いてきたら、手や布で優しくこすると・・・ピカリン☆と光りだします！どの土が光る泥団子になるか、発見することも楽しみのひとつです。

ここの土は
よく固ま
るね！

みてみて！
ピカピカ
だよ☆



★身体を動かして遊ぼう！

5～6歳になると、走る・跳ぶ・投げるなどの基本的な動きが巧みになり、体を思い通りに動かせるようになります。様々な運動遊びを通して、体力やバランス感覚、俊敏性が高まり、挑戦する気持ちや自信が育っていきます。

手押し車

大人がこどもの足首を持ち、こどもは両手で前へ進みます。安全な場所で無理のない距離から挑戦してみましょう。

1,2,1,2!
がんばれ！



なわとび

跳べるようになっていたい！何回跳べるかな？こどものやってみたいを大切に前跳び、走り跳びなどに挑戦してみましょう。繰り返し挑戦することで、「できた！」という達成感や自信につながります。

鉄棒

ちょっと勇気がいるけれど「前まわり」や「逆上がり」に挑戦！握り方、体の使い方など教えてあげるといいですね。

