

さぬき市教育委員会事務局 生涯学習課



令和3年12月

# 「わらべうた遊び」で 楽しく遊ぼう！



「わらべうた」ってな～に？

昔から子どもが遊びなどの日常生活の中で歌い、人から人へ伝えられてきた伝承歌です。

歌と遊び（動作）がセットになり、人々の暮らしや思い、人間としての生きるための大切なメッセージが込められています。

音域が狭いため、子どもにとって無理なく歌うことができます。



## 「わらべうた」がもたらすメリット

### 言葉・数の概念が身に付く

繰り返し行うことで発音を促したり、数の概念を感覚的に身に付けることができます。



### 運動能力・リズム感を高める

他の子どもと合わせてリズムをとるような遊びがあります。また、遊びながら身体の内いろいろな部分を統合して動かすことにより、身体機能の発達を高めることができます。



### 生活の基盤づくりができる

歌詞や遊びの動きには、生活の基礎となるものがたくさん含まれています。そのため、自然と生活の基礎に役立つ要素を学べます。



### 情緒が安定し、絆が深まる

無理のないゆったりとしたリズム・音階で、愛情を感じられるだけでなく、穏やかな気持ちになり子どもの情緒が安定します。また、触れ合いながら遊ぶので、子どもは親しみを感じ、愛されている実感を持つことができます。

### 自己肯定感を高める

わらべうたを通じて「自分がいる」ということを認識し、それを他の人から認められるので自己肯定感を高めることも期待できます。その自主性が認められることで、成功体験につながり自己肯定感を高める要因にもなります。



【裏面もご覧ください】

※QRコードを読み取ると動画が再生されます。周囲の環境や音量にご注意ください。

# いろいろな「わらべうた」

## 0歳～1歳向け

### わらべうた遊び



かたどん ひじどん ぼうず ぼうず  
このここのこ うまはととしし いちり になり



いもむしごころご

一本橋 こちょこちょ



ここはとうちゃんにんどころ



## 1歳～2歳向け

### わらべうた



手先が器用になったり立って歩けるようになる  
1～2歳児は動きのあるわらべうたを喜びます。



だるまさん ぶっ あしあしあひる  
お正月のもちつき ずくぼんじょ



ここはてっくび

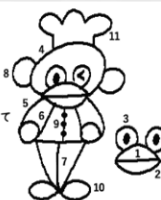
おらうちの ドテカボチャ



★ 絵描き歌  
かわいいこックさん  
あひるのこ

#### かわいいこックさん

1. ぼうが一本あったとき
2. はっばかな
3. はっばじゃないよ かえるだよ
4. かえるじゃないよ あひるだよ
5. 6月6日に 6. 雨さあざあふってきて
7. 三角じょうぎに ひびいて
8. あんぱんふたつ 9. 豆みっつ
10. コッぱんふたつ くださいな
11. あっというまに  
かわいいこックさん!



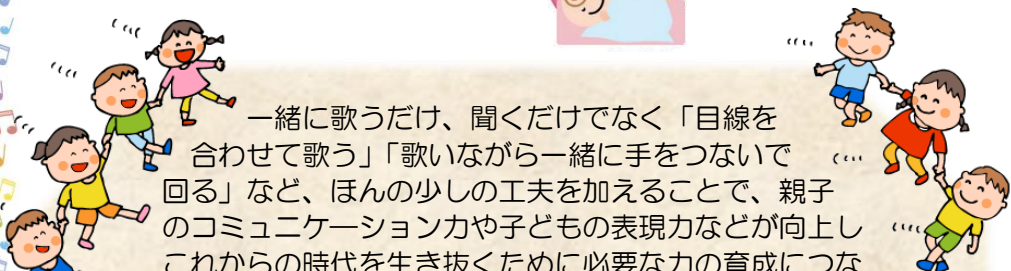
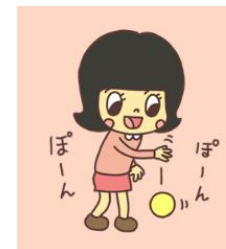
★ 数え歌  
おべんとうばこのうた いちじくになんじん

★ 遊び歌 (手遊び歌・ふれあい遊び歌)  
一本橋こちょこちょこ お寺の和尚さん あぶくたつた  
はないちもんめ ひらいたひらいた だるまさん



★ てまり歌  
いちばんはじめは一宮 あんたがたどこさ

★ 子守歌  
武田の子守歌 江戸子守歌



一緒に歌うだけ、聞くだけでなく「目線を合わせて歌う」「歌いながら一緒に手をつないで回る」など、ほんの少しの工夫を加えることで、親子のコミュニケーション力や子どもの表現力などが向上し、これからの時代を生き抜くために必要な力の育成につながります。また、保護者の気持ちに余裕が出たり、肯定的な感情を持つことができたりと、子育てがよりスムーズになることでしょう。生活のさまざまな場面でわらべうたを取り入れていきましょう