

第2回 わらべうたであそぼう ～0～5歳児向け～



講師 畔高 京子氏 荒金 いく江 氏

1 はじめに

コロナ禍でマスクをしていて、表情を見ることができない生活をしてきました。子どもにどのような影響を与えるのか、これからの成長にどういった影響を与えるのかと考えています。

今日は前半乳児、後半幼児のうたを、たくさん歌って、体を動かして遊びたいと思っています。

もんもこなったら あんげましょう
だーれに あんげましょう
うさぎには むしくされ
いぬにも むしくされ
ぼーやには いいところ

ゆっさゆっさ もんものき
もんもこなったら あんげましょう
だーれに あんげましょう
かえるには むしくされ
きつねにも むしくされ
ちょうちょさんには いいところ

膝にのせて脇に手を入れて、左右に揺らしてあげましょう。「ぼうや」のところを子どもの名前にして歌ってあげてもいいですね。

2 乳児向けわらべうた

(1) ととけっこう

♪ととけっこう よがあけた
まめでっぼう おきてきな
おはよう

(5) いちり にり さんり (からだあそび)
いちり にり さんり しりしりしり

自分の方に足がくるように、寝転がらせます。足の親指から順に、優しく掴みます。「いちり」で親指、「にり」で足首、「さんり」で膝、最後に「しりしりしり」で、おしりをくすぐります。おしりをくすぐるのが、一番喜びます。

(2) いない いない ばあ (鑑賞)

♪いない いない ばあ
くまさんが ほらほら
いない いない ばあ

(3) みるくをのむと (鑑賞)

ぼくです
みるくをのむと ぼくになる
たまごをたべると ぼくになる
ばんをたべると ぼくになる
やさいをたべると ぼくになる
おかしいなあ おかしいなあ
たべるはしから ぼくになる

(4) ゆっさゆっさ (鑑賞・膝のせ)

♪ゆっさゆっさ もんものき

(6) いもむしごろごろ (からだあそび)
♪いもむし ごろごろ
ひょうたん ぽっくりこ
いもむし ころころ

ひょうたん ぽっくりこ

膝のせ遊びでは、脇に手を入れて、体をゆっくり横に揺らします。「ぽっくり」で高い高いして「こ」でおろします。

2,3歳なら、歌に合わせて床に寝転がると楽しいです。4,5歳なら、寝転んでお互いに頭の上に手を伸ばして繋ぎ、一緒の向きにごろごろ転がって遊ぶのも面白いです。

(7) くつついた

♪くつついた くつついた

ほっぺにくつついた

〇〇ちゃんと くつついた

※「ほっぺ」の部分

「おはな」「おてて」「せなか」に変えて歌います。

♪くつついた くつついた

せなかにくつついた

〇〇ちゃんと だっこした

ギュッ ギュッ ギュッ

向かい合い、子どもの顔を優しく触って遊びます。「ほっぺ」は、両手のひらで包みます。

「おはな」は鼻をちょんちょんと指差しながら、「おてて」は手のひらでタッチします。「せなか」は子どもを立て抱きにし、背中をトントンして、最後にぎゅっと抱きしめます。

(8) あずきっちょ (お手玉)

あずきっちょ まめっちょ

やかんの つぶれっちょ

大人の手のひらの上に子どもの手のひらをのせて、お手玉を当ててリズムをとります。最後の「つぶれっちょ」で、子どもの頭にお手玉

を優しく乗せます。

お手玉は、シャリシャリした音や感触が心地よく、重さや形の違いも楽しめます。

(9) ぎっちょ ぎっちょ

ぎっちょ ぎっちょ

こめつけ こめつけ こめつけた

大人の手のひらの上に子どもの手のひらを上向きに重ねます。「ぎっちょ…」の言葉に合わせてお手玉をのせ、最後の「こめつけた」で子どもの頭の上にのせます。

(10) めんめーすーすー (かおあそび)

めん めん すーすー

けむしし きくらげ ちゅっ

人差し指で、子どもの顔を順番に優しく触っていきます。「めんめん」で目尻、「すーすー」で鼻筋、「けむしし」でまゆげ、「きくらげ」で耳を触り最後は、口に指をあてて「ちゅっ」とつまみます。

(11) そうめんや そうめんや

♪そうめんや そうめんや

おしたじ かけて おからみかけて

おくのほうへ とんでいけ

「そうめんやそうめんや」で子どもの腕を上下にこすります。「おしたじかけて」で手の甲を軽く叩き、「おからみかけて」で手の甲を優しくつねり、「おくのほうへとんでいけ」で、こちょこちょとくすぐります。

(12) こりやどこの (ゆさぶり・ハンモック)

♪こりや どこの じぞうさん

うみのはたの じぞうさん
うみに つけて どぼーん！

(13) ねずみのこわいのはだれ？ (紙皿シアター)

ねずみがこわいのはだれ？
だれかな？ だれかな？
だれもこわくない ねこだけ
ほかにはだれも！ ほんとう

じゃ ねこがこわいのはだれ？
だれかな？ だれかな？
だれもこわくない いぬだけ
ほかにはだれも！ ほんとう

じゃ いぬがこわいのはだれ？
だれかな？ だれかな？
だれもこわくない お婆さんだけ
ほかにはだれも！ ほんとう

じゃ お婆さんがこわいの
だれかな？ だれかな？
だれもこわくない ねずみだけ
ほかにはだれも！

(14) ぶたがぶたれた (手袋人形・鑑賞)

ぶたがぶたれた ぶたにぶたれた
なぜぶたれた？
いちでいばって にでにらんで
さんでさわいで しでしかられて
ごでごつん ぶたがぶたれた

(15) かえるがなくから (鑑賞・手袋人形・人形)

♪かえるがなくから かえる
おたまがいるから いいじゃんか

子どもの両手の甲を優しくつまみ、左右にふ

りながら歌います。最後の「いいじゃんか」で、
つまんだ指を離し、子どもの手が落ちる前に大
人の手で下から受け止めるようにします。

3 幼児向けわらべうた

(1) かぼちゃから (じゃんけん)

かぼちゃから めだして
つぼもって ひらいて
すっぽんぼーんの ぽ

「かぼちゃから」で両手をグーにして並べま
す。「めだして」で両親指を立て、「つぼもって」
でグーを少し膨らませます。「ひらいて」で手
を開き「すっぽんぼーんの」両手をグーにして
回して「ぽ」でジャンケンをします。

ジャンケンに勝ったら万歳、あいこで腰に手
をおき、負けは泣きまね等のポーズをします。
年長くらいになると「グーに勝つのは何？」と
聞いて、考えて楽しむこともできます。

(2) いつもおくれがちなとけい (鑑賞)

これはいつもおくれがちな とけい

これはいつもおくれがちなとけいを
みあげてわらっている かたつむり

これはいつもおくれがちなとけいを
みあげてわらっているかたつむりが
なんとかはこうとした スリッパ

これはいつもおくれがちなとけいを
みあげてわらっているかたつむりが
なんとかはこうとしたスリッパとケンカし
た くつ

これはいつもおくれがちなとけいを

みあげてわらっているかたつむりが
なんとかはこうとしたスリッパとケンカし
たくつをひっかいた のこぎり

これはいつもおくれがちなとけいを
みあげてわらっているかたつむりが
なんとかはこうとしたスリッパとケンカし
たしたくつをひっかいた
のこぎりにおおいかぶさった かが

これはいつもおくれがちなとけいを
みあげてわらっているかたつむりが
なんとかはこうとしたスリッパとケンカし
たくつをひっかいたのこぎりにおおいかぶ
さったかごに
けつまずいたおばあさん

(3) ひとつひよどり

ひとつひよどり ぴーよびよ
ふたつふくろう ほーほー
みつつ みずべのゆりかもめ
よつつ よくくる すずめたち
いつつ いわつばめ すーいすい
むつつ むこうやまで ほーほけきよ
ななつ なぜなく からすのこ
やつつ やまばと ででぼっぼー
ここのつ こじゅけい

ちよっとこいちよっとこい

とうで とんびが ぴーひょろろ

「ひとつひよどり」で鳥に名前や鳴き声に親しんでから、「あめーこんこんふるなよ」で輪になって、鳥の鳴き声を当てる遊びをすると楽しいです。

(4) いっぴきちゅう (輪になって)

♪いっぴきちゅう
もとにかえって にひきちゅう
にひきちゅう
もとにかえって さんびきちゅう
さんびきちゅう
もとにかえって いっぴきちゅう

(5) なみなみ わんわちやくり

(輪になって2人組)

♪なみなみ わんわちやくり
ゆーちぬ さーちぬ はなもーも

(6) たんじ たんじ (輪になって2人組)

♪たんじ たんじ たなばた
また らいねん ござれ

(7) じごくごくらく (かまおくり)

♪じごくごくらく えんまさんのまえで
おきょうをよんで
はすのやまへとんでいけ

じごくごくらく えんまさんのまえで
おきょうをよんで
はりのやまへすてられた

4 最後に

子どもたちの前で、人形や道具を使った鑑賞をすると、道具を出すところや最後に道具を袋に包んでしまうところまできちんと見てくれます。

わらべうたは保育者にとっても、よい影響があります。歌うときは、清潔で美しい声、いつもより少しだけ高い声で、姿勢を正して歌いましょう。多忙な保育の中で、自分自身もゆったりした気持ちになれます。

第2回 焼津市保育者資質向上研修会 (抜粋)
令和5年7月21日 (金)
会場：焼津市役所 大会議室1B