

第7回（第61回）：『用具などを操作する運動遊び』

基礎知識

「ゲーム領域」・「ボール運動」

投げる・蹴る・捕る など

「体づくり運動」

長縄・短縄・竹馬・一輪車 など

・・・モノを操作する能力

= 識別能力（物によって・・・）

+ 連結能力（様々な調整）

+ 定位能力（自分と人・物との距離）

グー・パー入れ替え

①右手は胸の前でグー、左手は広げてパーにする

②「ハイ」の合図で手を入れ替え、右手を広げてパー、左手を胸の前でグーにする

③「エイ」の合図で、胸の前でパー、広げてグーにする



鼻・耳つまみ

①スタートポジションは右手で鼻、左手で右耳をつまみ

②合図に合わせて手を入れ替えて、左手で鼻、右手で左耳をつまむ

③合図に合わせてから、手を叩いてから入れ替える

遊びのポイント：幼児は手を交差しなくてよい



五歩鬼

<導入>

・手拍子 → 足踏み → 歩行

<鬼ごっこ>

①鬼は手を組む

②鬼も逃げる人も5歩ずつしか進めない

③鬼は膝をつかないでタッチすることができ、タッチされた人は鬼になる

・歩行 → 両足跳び

指導のポイント：段階を踏みながら説明する

遊びのポイント：鬼遊びは定位能力を養う

遊びのポイント：5歩の助走・・・走り幅跳び

「1 2 3・1 2」または「1 2・1 2 3」のリズムを覚えさせる



仲間集め

・「1・2・3」→「4・5・6」

・こしょこしょじゃんけん「グー・チョキ・パー」

①自分のなかで一つ決める

②自由に歩きながら目が合った人と「イエーイ」とハイタッチ

③自分と同じだった場合に仲間になれる

④制限時間内にできるだけ多くの仲間を集められたグループの勝ち



にんじゃ新聞

新聞紙1枚を、体にくっつけて落とさないように歩く

- ・新聞紙を広げて → 半分に折って

遊びのポイント：走らないように



綱渡り

- ・落ちないように新聞紙の上を歩く
- ・少しずつ新聞紙を動かし、一方の人は落ちないようにジャンプをして新聞紙の上に着地する

遊びのポイント：自分の思ったところでジャンプをする
経験をさせてあげよう ⇒ 「踏み切り」につながる



キラキラビーム

ペアで投げ合い、キャッチをする

遊びのポイント：紙飛行機のようにスーッと投げる

⇒ 自然と肘が上がり、きれいなフォームがつかれる



体をたたいて（ケインの体操）

- ・頭 → 肩 → 膝「ポン」
- ・足同士

遊びのポイント：仲間とのシンクロが生まれる



スカーフを使って

- ・くぐる → 距離を変えて



- ・落ちないように

息を吹きかけて → うちわを使って



・ 投げてキャッチ

遊びのポイント：人数やスカーフの枚数を変えてみよう

うちわを使って

オセロのようにうちわで扇いで色を変える

「ぼくらは大きな怪獣だ♪ぼくらは小さな消防士♪」

遊びのポイント：競争と偶然性があるのめり込める



タオルを使って

・ ひらひらタッチ「とびらを開けて」

・ 座って一ひっぱる「魔法のじゅうたん」

・ 結んでハンマー（1つ結び／2つ結び）

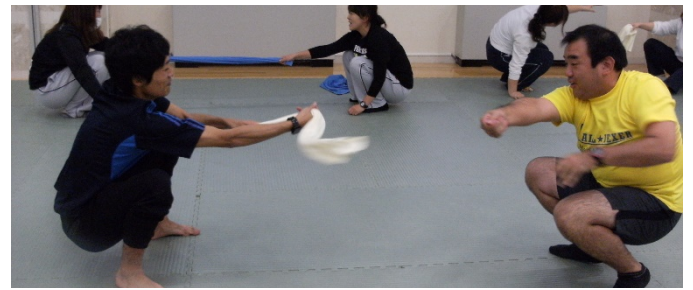
遊びのポイント：逆の手で投げてみよう

・ 投げ上げてキャッチ

遊びのポイント：逆の手で投げてみよう

・ ひっぱりずもう → 手を入れ替える

→ タオル2本、片足で



・ ミラー

・ 体を預けて → 2人で、3人で

遊びのポイント：「ねじる」「座る」動き



スーパーボール入りの風船を使って

落とさないように風船をつなげる

→ 2人で、グループで

→ 複数の風船で

→ 手をつないで

→ 風船にガムテープを貼って



ゴルフボールとコップを使って

・ ゴルフボールにコップをかぶせて転がす

・ゴルフボールをコップに入れる → 対戦

