

12月10日・第9回(第63回)：『プレイリードの実践』

《act.1 心と体をスイッチオン!》

ウォーキングアラカルト

- ・ぎりぎりでシャットかわす→大股で
- ・馬歩き
- ・カニ歩き
- ・笑いながらスキップ
- ・同じ手でハイタッチ → 手を握って回転



仲間集め

- ・「1・2・3」→「2・5・7」
- ・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あった人と「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



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



《act.2 幼児向けプレイリード》

じゃんけん

歌に合わせて自然にスタート

「なんだろう♪×2 グーチョキパーなんだろう♪」

遊びのポイント：普通のじゃんけんでも歌に合わせるだけでわくわくする

グーチョキパー いえい!

「グーグー チョキチョキ パーパー いえい♪」

- ・手 → 手と足
- ・プレイリーダーと → 親子で

遊びのポイント：見てわかる！やってみよう！



しゅりけんになんじゃ

・プレイリーダーと → 親子で

- 足しゅりけん → ジャンプ
- 頭しゅりけん → しゃがむ
- になんじゃチョップ → 両手を受け止める
- になんじゃビーム → ビームではね返



おしりタッチ

親子で向かい合い、先におしりにタッチできたら勝ち



トンネルくぐり

- ①ペアをつくり、1人は体のいろいろな部分でトンネルをつくる
- ②もう1人がそのトンネルをくぐる

遊びのポイント：できるかできないかが楽しい



押し倒し

- ①ペアをつくり、1人が体操座りする
- ②もう1人が相手を押して倒そうとする
- ③座ってる人は倒されないように力を入れる

遊びのポイント：いろいろな角度から押ししてみよう



バスにのって

「バスにのってゆられてる ゴーゴー♪」

・右に → 左に → でこぼこみち → さかみち

遊びのポイント：ストーリー性を持って



になんじゃの修行 グラグラの術

・片足立ち → 手を組んで反対の足で → 目をつぶって

遊びのポイント：チャレンジする楽しさ

「できないぞー！」→やる気スイッチオン
ぎりぎりのできたときの達成感



にんじゃの修行 縄抜けの術

①ペアをつくり、1人がもう1人を後ろから抱きかかえる

②10秒の間に逃げられたら勝ち
・手で → 手と足で

遊びのポイント：体の内側にギュッと力を入れる



《 act.3 遊びをつくってみよう 》

歌遊び 幸せなら手をたたこう

「幸せなら手をたたこう♪ 幸せなら態度で示そうよ♪
ほらみんなで手をたたこう♪」

・手 → 足 → 頭 → あっかんべー

遊びのポイント：提案から子どものものへ



歌遊び ミッキーマウス（たまご）

グループで振付を考える

「たまごーたまご たまたまご♪」

遊びのポイント：創作から生まれる多様な動き・表現・
シンクロ



魔法の国 扉をこわそう

①ペアをつくり、1人が顔の高さにタオルの端を持つ

②もう1人がタオルにパンチを連打する



魔法の国 一本橋

①タオルを縦に半分に折り、床におく

- ②1人がタオルの上で障害物になり、もう1人が落ちないようにそのタオルの上を歩く



魔法の国 川に流されて

- ①1人がタオルにつかまる
②もう1人がタオルを引っ張る



魔法の国 服を乾かそう

- ①1人が移動しながらタオルをヒラヒラ
②もう1人がタオルを落とさないようにキャッチ
遊びのポイント：ドキドキ感

魔法の国 魔法のじゅうたん

- ①1人がタオルの上に座り、タオルをしっかりとつかむ
②もう1人がタオルを引っ張る



魔法の国 だいこんにんじんかぶら

お友達をひとり選んで連れていき、円にいた人がいなくなるまで続ける遊びで、いつ選ばれるかわからないドキドキ感が楽しい

<歌詞>

大根にんじんかぶら 大根にんじんかぶら
ごんべえが種まきや 種をばまく
種をばまいたら 一休みしよう
一休みしよう 一休みしよう
一休みしたなら お友達を連れて

