

6月10日・第3回（第69回）：『体を移動する運動遊び』

アイスブレイク

- ・歩く→目をあわせて“とまる”
- ・歩く→背中をあわせて“とまる”



- ・相手が倒れないようにタッチ



- ・リズムに合わせて、「拍手、地踏、跳ぶ」
- ※2人組で「1！2！」のリズムで跳んでみる

- ・歩く→片手タッチ（仲間探し：一人がリードして）



ぐちゃぐちゃ歩き

- ・ぎりぎりでかわす



- ・大また歩き
- ・スキップ



- ・宇宙人歩き
- ・おばけ歩き



- ・ロボット歩き



POINT 組み合わせてみる（おばけ+ロボット）

五歩鬼

<導入>

- ・その場で足踏み、5歩目にジャンプ
- ・その場で足踏み、5歩目にジャンプで方向転換
- ・一方向に歩きながら、5歩目にジャンプで方向転換

<鬼ごっこ>

- ・鬼は腰に手を当てる
- ・鬼も逃げる人も一方向に5歩ずつしか進めないが、5歩目にはジャンプして方向転換できる
- ・鬼は膝をついてタッチができ、タッチされた人は鬼になる

POINT 鬼の位置を見て判断しよう

両足とびなど逃げ方を工夫しよう



SOSリレー

- ・2つのチームに分かれて、一人ずつ対極にいる相手とじゃんけんをする
- ・勝ったら、次の人がじゃんけんをして、負けたら「助けて～」とじゃんけんをしていない仲間を呼び、円をつくって迎えに行く
- ・先に全員が対極まで移動できたチームの勝ち



グリコ

- ①2人組をつくる
- ②勝ったら3歩、あいこは2歩、負けは1歩進む。
- ③より遠くまで進めたこの勝ち

※二人で並んだり、向かい合ってやってみる



じゃんけんバスケット

- ①円を描くように座る
- ②リーダーは真ん中に立ち、グーチョキパーのいずれかを出す
- ③リーダーと同じ手の人は移動する
- ④座れなかった子がリーダーになる



ピーターパン

- ①2つのチームに分かれ、各チームに数名の「ピーターパン」を決め、ピーターパンの証（今回はピンポン玉）を隠し持つ。
- ②鬼は相手チーム全員で、タッチをされたら（orしたら）その場でじゃんけんをし、負けたらその場に座る。
- ③座っている子を助けられるのはピーターパンだけ。ピーターパンにタッチしてもらおうと復活
- ④ピーターパンはじゃんけんに負けた場合、ピーターパンの証を審判に渡し、座る。
- ⑤先にすべてのピーターパンを捕まえた（or 相手チームを全員座らせた）チームの勝ち。

POINT ピーターパンを協力して見つけ出す



大根 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

