

## 7月11日・第1回：『身近な道具を使った運動遊び』

### あれれ手遊び

- ♪おはながわらった  
♪春が来た  
・「た」の部分で手のポーズを入れ替える  
「パー」と「チョキ」  
「うさぎ」と「きつね」

POINT 子どもたちとやり取りをしながらやってみよう



### むすんでジャンケン

- ♪むすんでひらいて  
むすんでひらいて手をうってむすんで  
またひらいて手をうって その〇〇でジャンケンポン！

- ① 手でジャンケン
- ② 体でジャンケン

→あいこになったら「やあやあやあ」

### アルプス一万尺

- ♪アルプス一万尺  
前に来てハイ！後ろに下がって  
前に来たならジャンケンポン！  
→ジャンケンポンで体ジャンケン

- ① 勝ったらスキップ
- ② あいこなら手拍子
- ③ 負けたら泣き顔

### 上下横トントン

上下横トントン〇

→〇で、リーダーと同じポーズができれば、「やあやあやあ」と共感する

POINT 2mの距離（新聞紙で確認）でペアでやってみる  
お友達を変えてやってみる

### 勝ったら仲間だジャンケンポン！

- ① 2チームに分かれる
- ② 両チームから1人ずつ出てきて、体ジャンケン（勝ったら進む：通常は）
- ③ 勝ったら、負けた人をチームにもらえる
- ④ これを繰り返し先に全員チームにした方の勝ち

POINT 2mの新聞紙をつかってやってみる



### 2mを渡ろう！

- ・2mの新聞紙を自分たちで考えて渡る！  
→いろいろな渡り方を考えてみよう  
POINT 自分で考える 思いつく



## ジェスチャーゲーム

- ① 数チームに分かれる
- ② 2m を渡った先にカードがあり、お題が書いてある
- ③ お題をジェスチャーする
- ④ 早く全員のお題を正解できたチームの勝ち

## みんなで遊びをつくろう！

- ① グループで 2m を使った遊びを考える
- ② さまざまな用具を使って考える

POINT 「先生、今日何して遊ぶ？」ではなく、「先生、今日これして遊びたい」という子どもたちへ！

キーワードは、「みんなだったらどうやって遊ぶ？」



## 靴下ボールでバランス

靴下を丸めてボールをつくる

- ① ボールを頭にのせる
- ② 頭にのせたままで、立ったり座ったり。
- ③ 頭にのせたまま回ってみたり。
- ④ 歩いてみたり、走ってみたり。
- ⑤ 2人組を作り、まねっこをし合う。

どんな動きができるかな？



## タオルで遊ぼう！

### ■瞬間キャッチ

- ① 2人1組になる
- ② 音楽が止まったら、1人がタオルをはなし、もう1人がタオルをキャッチ

POINT ゆっくりと早くの緩急が大事



### ■タオルバランス

- ① 2人1組でタオルの両端を持ち合い、1人の動きに合わせてもう1人が動く
- ② タオルを離さないように気をつける
- ③ タオルの上に靴下ボールを乗せて、落とさないようにする
- ④ 靴下を投げ上げてタオルでキャッチしてみるのも Good !

→いろいろ工夫してやってみよう



## ゴムひもあそび

### ■ミラーリング

- ① 2人1組になり、2本のゴムひもをお互いの手首に結ぶ
- ② まずは、この状態でどんな動きができるかな？
- ③ 向かい合って、同じ動きをしてみる



### ■ポーズをつなげてダンス

- ① 2人1組でできるポーズを考える
- ② それらを各グループから出し合う
- ③ 出し合ったポーズをつなげて、曲に合わせて踊る！

