７月２５日・第２回：『小学校の体育に繋がる運動遊び』

童謡文化×運動遊び

♪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

「た」の部分で、飛び越えても面白い

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○○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」

ジャンケン×運動遊び

♪アルプス一万尺

前に来てヘイ！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

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

©中村和彦（山梨大学大学院教育学研究科）　©認定 NPO 法人郡山ペップ子育てネットワーク

ボールに慣れよう

① ボールでコミュニケーション
ボールの感触を確かめる
→ボールを体のいろいろな部位で転がす
（ボールが丸いということを覚える）
片手でボールを持ち、他者へボールを渡す
相手を探すときは声を出さずにジェスチャーのみ
→バージョンアップ
1）ボールを持つ手を入れ替える
2）少し離れて渡す際にボールを投げる
3）渡す際に相手の名前を呼ぶ

② コミュニケーションリレー
2 人 1 組で、体のいろいろな部位でボールを挟む
色々なエリア間を、ボールの挟み方を変えて移動
POINT 簡単な挟み方から難しい挟み方へ
→リレー形式でチームに分かれて競争

からだキャッチボール

① 2 人 1 組になる
② ボールを投げる前に、相手がボールを触る場所を指示
③ 投げられた方は、指示された箇所でボールを返す
→投げてすぐに部位を指示する

色々キャッチ

① 2 人 1 組で色々な投げ方や取り方をする
→ボールを転がしたり、後ろ向きになったり…
POINT バリエーションは自分たちで

追いかけっこ

① 4 人 1 組になる
② 3 人が前に立ち、1 人はボールを持って後ろに立つ。
③ 後ろからボールを転がし、先にボールを捕る
POINT ボールの追い方を変えてやってみる

ボールゲーム

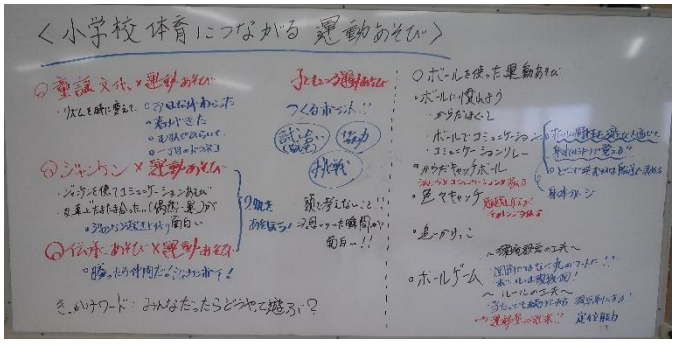
① 円状にコートをつくる（マーカーなどで）

② コートの中に 2／3 程度の参加者が入る

③ このコートの中で、ボールを転がすドッヂボール

POINT ボールに当たるのが嫌な子には、コート内に段ボールなどを配置する

※四角ではなく、丸のコート！

※ボールは複数個！

※当たっても続けられるようにするために、得点制にするなどの配慮も大切