

## 4. 花山遊びのレシピ集

## (1) 花山で遊ぼう！＜フィールド版＞



## おやつをプレゼント



つかむ



あてる



なげる



## ★遊び方★

- リックのおやつをめがけて、上手投げでボールを投げます。
- 輪の間を通してもおやつは手に入ります。

## ★注意したいポイント★

- 投げるときは線の外から投げます（届かない場合等は調整可）。
- 投げたボールは元の箱に片づけます。
- 人に向かって、ボールを投げないように注意する必要があります。



## 坂のぼりチャレンジ



のぼる



はう



はしる



あるく



## ★遊び方★

- 坂の下にスタート地点、坂の頂上にゴールを設けます。
- 急勾配の坂道を、手と足をつかってバランスよく登ります。

## ★注意したいポイント★

- 手や足のけがを防ぐため、長袖・長ズボン、手袋（軍手）を着用します。
- 激突を避けるため、のぼる人数、隣との間隔に気をつけます。



## リックを守ろう



もつ



つむ



ける



### ★遊び方★

- 「リックの敵」をめがけてボールを蹴ります。
- コーンとコーンの間を通しても「リックの敵」は倒せます。

### ★注意したいポイント★

- 蹴るときは丸の台の位置を決めてから蹴ります。
- 蹴ったボールは元のところに戻します。
- 人に向かっては蹴らないように注意する必要があります。



## けんけんぱ



わたる



はねる



とぶ



### ★遊び方★

- 片足でも両足でもいいので輪の中に跳んで入ります。

### ★注意したいポイント★

- 前にいる友達にぶつからないようにします。
- 反対側から進まないように注意する必要があります。



## リックと木のぼり



### ★遊び方★

- 木にしがみついたり、登ったり、立てるところで立ったりします。

### ★注意したいポイント★

- 子ども達が登りやすい木を選定します。
- 並んだ順に一人ずつ木に登ります。
- 木の高さは幼児が自分で下りられるぐらいまでに設定します。



## 1本橋をわたろう



### ★遊び方★

- 落ちないように丸太をわたります。

### ★注意したいポイント★

- 並んだ順に丸太を端から端までバランスをとりながら歩きます。
- 落ちてしまったら、またそこから丸太に上がって歩きます。
- 逆から、歩かないようにしましょう。

(2) 遊んで身に付く36の基本的な動き<室内版>



トンネルくぐり



★遊び方★

- トンネルをくぐって遊びましょう。

★注意したいポイント★

- お友達にぶつからないように気を付けましょう。
- お友達をけったりしないように気を付けましょう。
- 逆からは入ってこないようにしましょう。



ホップステップジャンプ



★遊び方★

- ハードルを飛んだり跳ねたりしながら移動します。

★注意したいポイント★

- 人にぶつからないように注意する必要があります。
- ハードルを動かした後は元の場所に戻すように説明しましょう。



## キャタピラー



### ★遊び方★

- キャタピラー形に加工した段ボールの中に入り、移動します。
- ハイハイをするように這いながら、前後に進みます。

### ★注意したいポイント★

- 人にぶつからないように注意する必要があります。
- 周りが見えないため、印を付けた範囲を移動するようにします。



## ワニの川わたり



### ★遊び方★

- ひもにぶつからないようにはってひもをくぐります。

### ★注意したいポイント★

- お友達をけったりしないように気を付けましょう。
- 逆から、はってこないようにしましょう。
- 腕と足を使ってできたら今度は腕の力だけでやってみましょう。



## 1本橋をくぐるう



### ★遊び方★

- 1本橋から落ちないようにフープをくぐってわたります。

### ★注意したいポイント★

- 端から端までバランスをとりながら、フープをくぐり、わたります。
- 這ってわたるだけでなく、小さく丸くなってわたるなど工夫しましょう。
- 逆から、わたらないようにしましょう。



## 友だちいっぱい



### ★遊び方★

- 台の上にある「リック」をめがけて、下手投げでボールを投げます。
- ボールが当たり、「リック」が倒れたら起こします。

### ★注意したいポイント★

- 投げるときは線の外から投げます（届かない場合は調整可）。
- 投げたボールは元の箱に片づけます。
- 人に向かっては投げないように注意しましょう。

(3) 遊んで身に付く36の基本的な動き<雪上版>



そりにチャレンジ



すべる



はこぶ



ひく



おす



★遊び方★

- そり（チューブ）に乗って遊びます。

★注意したいポイント★

- 防寒、けが防止のために手袋、帽子を身に付けましょう。
- 衝突防止のために、前の人がないのを確認して滑るようにしましょう。
- スピードの出しすぎに注意しましょう。



雪上おやつをぷれぜんと



つかむ



あてる



なげる



★遊び方★

- リックのおやつをめがけて、上手投げで雪玉を投げます。
- 輪の間を通してもおやつは手に入ります。

★注意したいポイント★

- 投げるときは線の外から投げます（届かない場合等は調整可）。
- 雪玉は、人に向かっては投げないように注意する必要があります。
- 周りにも注意する必要があります。



## 雪だるまを作ろう



もつ



つむ



おさえる



おす



### ★遊び方★

- 二つの大きな雪玉をくっつけて雪だるまを作ります。

### ★注意したいポイント★

- 防寒、けが防止のために手袋、帽子を身に付けましょう。
- あまり大きすぎると頭の部分を胴体に乗せるのが大変。おへそぐらいの大きさを目指しましょう。
- 作ったものをそのままにしないで、遊び終わったらこわして平らにしましょう。



## 雪だま高くつめるかな



つむ



ささえる



おさえる



### ★遊び方★

- 雪玉を作ってどんどん高く積みます。
- どのぐらいの高さまでつめるか競争しましょう。

### ★注意したいポイント★

- 防寒、けが防止のために手袋、帽子を身に付けましょう。
- 作ったものをそのままにしないで、遊び終わったらこわして平らにしましょう。





## 雪上ひっぱり相撲



### ★遊び方★

- 4人1組で行います。
- ロープを持って綱引きのように引っ張り合います。

### ★注意したいポイント★

- けがを防ぐため、急にロープを放さないよう説明しましょう。
- スタートの合図とバランスをくずしたら終わりの合図を守らせることが大切です。
- 2人または3人でも行えます。



## 雪上フラッグ



### ★遊び方★

- 「よーい。ドン！」でスタートします。
- だれが早く旗をとれるか、友だちと競争しましょう。

### ★注意したいポイント★

- 防寒、けが防止のために手袋、帽子を身に付けましょう。
- 旗をとるときに友達にぶつかってケガをしないように気を付けましょう。