

【楽しく運動をしよう】

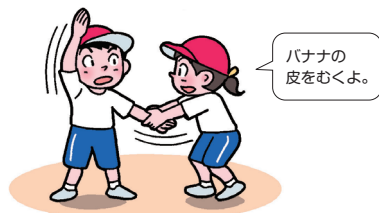
①歩いたり走ったり

「○○鬼」

- ・鬼は子捕まえること、子は鬼から逃げるのが楽しいです。子はどのように仲間を助けるか、鬼はどのように逃がさないようにするか、作戦を考えて行うことも楽しいです。
- ・人数に合わせて、鬼を決めます。また逃げる範囲も人数によって決めます。
- ・運動量が多いので、時間を決めて行います。

【バナナ鬼】

- ・鬼にタッチされたらバナナになる。
- ・ほかの子はバナナの皮（片方の手）をむきに行く。
- ・両手（2回）をむくと動けるようになる。



【レンチン鬼】

- ・鬼にタッチされたら凍る。
- ・ほかの子は2人組で輪になり、凍った子の頭から輪をくぐらせて助ける。



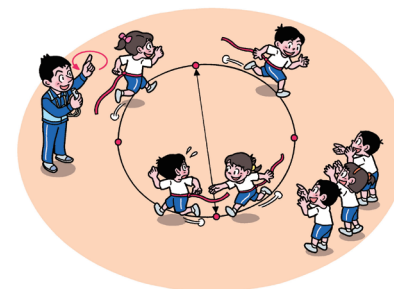
【子とり鬼】

- ・最後尾の子が鬼にタッチされないように逃げる。
- ・子の手が離れてしまったら、鬼の勝ち。
- ・人数を増やしていてもよい。
- ・転びそうになったら、肩に置いた手を放してもよいことを伝えておく。



【追って！ 追われて！】

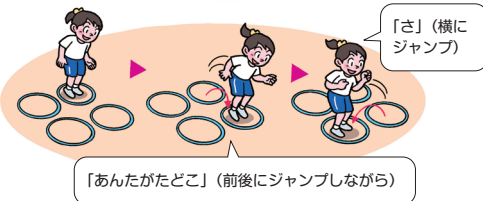
- ・紙テープの長さは、学年や子供の実態によって変える。



②リズムに乗って

【あんたがたどこさ】

- ・「さ」の言葉で横に移動する。
- ・1人→2人と人数を増やしていく。



【タイミングジャンプ】



③用具を使って

【フープを送る】



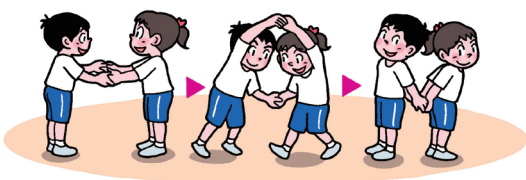
【立つ・座る】

- ・転ばないようにバランスを保ちながら、立ち上がるよ。
- ・2人から3人、4人と人数を増やしていく。
- ・ロープなどを用いて、大人数で挑戦してもよい。



④伝承遊びや集団遊び

【なべなべそこぬけ】



- ・2人から3人、4人と人数を増やしていく。
- ・手が離れないようにする（ロープなどを用いてつながってもよい）。

【王様だるまさんが転んだ】



- ・鬼は子に対して自由に動作を指示しながらふり向く。
- ・子は鬼の指示通りの動きをする。鬼の指示通りの動きがとっさにできないと、鬼に捕まる。
- ※鬼は、危険な動作や人をからかうような動作、周りの人が見て不快な思いをするような動作を指示しないように、事前に指導しておく。