

ラグビーボールを使った 「突破鬼」に挑戦!

うんどうの達人プログラム

【4・5歳児対象】

準備物

- ラグビーボール
- 笛
- マーカーやカラーコーン
4個

3つのポイント『楽しさ』『コミュニケーション』『体力向上』

STEP 1 ボールを使用する際のお約束&準備運動

10分

環境構成

- 活動前にボールを準備しておく
→ お約束確認用に一つボールを持っておく



活動の進め方

- ① 子ども達へボールを見せ、興味を持ってもらう
→ 先生は「どんな形をしている?」「重さは?」「硬さは?」など声かけを行う
→ ビーナッツの様な形をしているのでボールが不規則に動く為、跳ねたボールに当たってしまうことや、ボールをお友達にぶつけると痛いということを説明する
- ② 後ほどボールを使って楽しむことを伝え、子ども達にはまだボールに触らせない
- ③ 準備運動は一般的な「膝の曲げ伸ばし」「アキレス腱伸ばし」など、慣れているものを実施する
→ 準備運動の際に「今日は楽しくたくさん動こうね!」などと、子ども達がワクワクするよう声かけを行う

STEP 2 導入(ストップ&ゴー)(突破鬼)

10分

ストップ&ゴー

環境構成

- 一人一人の間隔を大きく取る
- 事前に危ない箇所などにマーカーやカラーコーンなどを置き、子ども達に近づかせないようにする

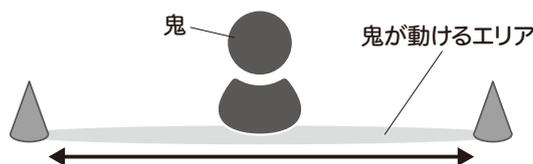
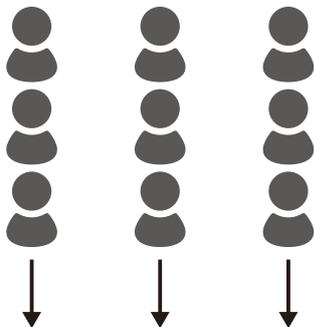
活動の進め方

- ① ゆっくり歩きながら(歩くコースは定めない)笛の合図に合わせて立ち止まる
→ ぶつかったりころんだりしないように注意を促す
→ 止まる際のポーズを変えるなどして変化をつけて楽しむ
→ 動きに慣れてきたら、スピードを上げてみる

突破鬼

環境構成

- 3名1グループを作り、図のように並ぶ
- 図のようにマーカーやカラーコーンを置くなどして鬼が動けるエリアを設定しておく



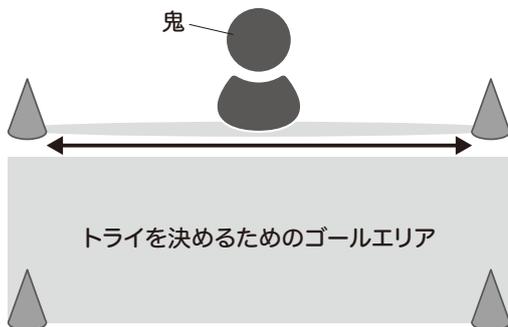
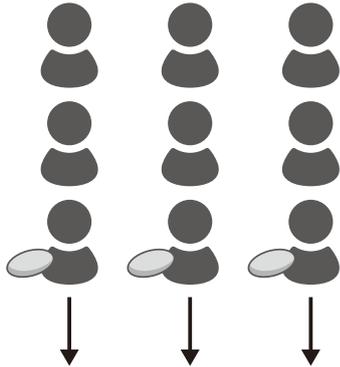
活動の進め方

- ① 突破鬼のルールを説明する
→ 鬼役を先生が行い、初めは子どもと1対1で行うことを伝える
→ 鬼は動けるエリアを横に移動し、子どもが通り抜けできないように邪魔をする
→ 子どもは鬼にタッチされてしまわないよう通り抜ける
→ 鬼にタッチをされてしまったらスタート地点に戻ってやりなおし
→ 通り抜けられた子どもは列の一番後ろに並び、順番を待つ
- ② 実際に突破鬼に挑戦する
→ 初めは子どもと1対1で行い、最後は図のように鬼1人に対して子ども最大3名同時に行うように発展する(ただし、人数は広さや子ども達の様子で判断する)
※例えば子ども5名同時に行う場合は鬼役2名で行う

トライを決める突破鬼

環境構成

- 3名1グループを作り、図のように並ぶ
- 前のグループから順にボールを配布する
- ボールを持つときのお約束(お話中はボールを手放さない、人にぶつけないなど)を伝える
- 図のようにマーカーやカラーコーンを置くなどして鬼が動けるエリアを設定しておく
- さらに鬼のうしろにマーカーやカラーコーンを置くなどしてゴールエリアを設定しておく



活動の進め方

- ①トライを決める突破鬼のルールを説明する
 - ➡鬼役を先生が行い、鬼1人に対して子ども最大3名同時に行う
 - ※例えば子ども5名同時に行う場合は鬼役2名で行う
 - ➡鬼は動けるエリアを横に移動し、子ども達がゴールエリアへ行けないよう邪魔をする
 - ➡子ども達は鬼にタッチされてしまわないよう通り抜けて、ゴールエリアにトライを決める
 - ➡トライを決める際に、「トライ!」と試みるよう声かけをする
 - ➡タッチをされてしまったらスタート地点に戻ってやりなおし
 - ➡グループ全員がトライできるよう、先にトライを決めた子ども達はゴールエリア横から応援する
 - ➡グループ全員がトライを決めたら、スタートラインに戻り、先頭グループにボールを渡して列の一番後ろに並ぶ
- ②実際に先生がトライの見本を見せる
- ③実際にトライを決める突破鬼に挑戦する
 - ➡トライを決めた後は「勇気を出してよく通り抜けたね!」など、子どもなりにチャレンジした過程を褒める