

平均台①

くぐりっこ・とびっこ・ころころがりっこ

平均台遊び

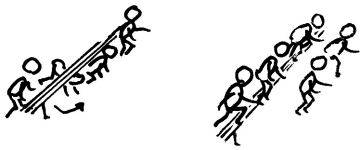
自然の密林には倒木がある。太いもの細いもの、斜めのもの、水平のもの。高さもいろいろであり、堅いものも腐りかけて柔らかいものもある。邪魔になるものもあるし、助けになるものもあり、楽しめるものもある。猿から人への長い進化の中の暮らしの中に多くあった。

この遊びのねらい

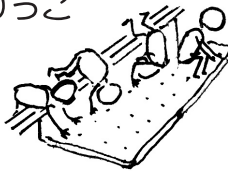
細長い倒木の下をくぐったり、とび越したり、斜めの木を立ち登りなどを想像して行い、冒険心を誘いながらたくみな技にidonでいく。

やさしい遊び

くぐりっこ とびっこ



ころがりっこ



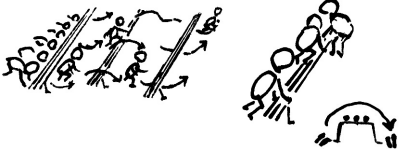
指導の手立て

- 平均台の下をくぐる。頭や尻を打ちつけないでくぐる。早くくぐる。往復してくぐる。
- 平均台の上にとぶ。台上に上ってすぐとぶ。走ってきて台上を踏んでとぶ。
- 平均台の下から前方にマットをしき、平均台を越して前へころがる。

memo

工夫して熱中する遊び

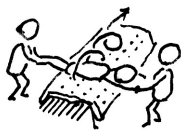
くぐりとびっこ 手つきとびっこ



上ころがりっこ



手だすけ



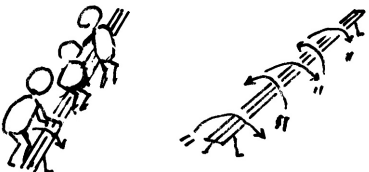
指導の手立て

- 間をおいて並べた平均台を、くぐって走りとびこして走り又くぐる。
- 平均台の横に立って両手で平均台の両側をつかんで、横向きにとびこえる。
- 平均台を2・3台並べて上にマットを敷く。大根ころがりをする。

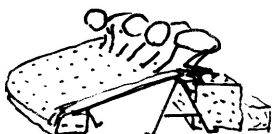
memo

発展した遊び

手つきとびこしれんぞく



坂ころがりっこ



指導の手立て

- 平均台の端から、1回ごとに両手を前に進めて、横とびで平均台を越してゆく。調子よくとび続ける。順にあとからとんでいく。
- 平均台を片方高くかけ、上にマットを置きころがる。

memo