

坂登り・手離し滑り・組み滑り

滑り道遊び

大自然の地は、山あり谷あり平地ありで、すべての動物は斜面を登り降りして生きている。その子供達は遊びたわむれている。二足歩行の人間になってからは、2本の足や手足4本で、また腹や尻まで使って滑っていてもいい。それが滑り道遊びだ。

この遊びのねらい

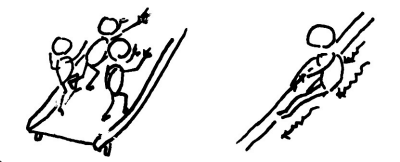
斜面の登りや降りには、斜度や斜面の形状で、多様な運動が生じる。自分のねらいや、やり方で挑戦でき、大脳と身体の働きを練ることが出来る。そのようなねらいと楽しみが果せる様に遊ばせたい。

やさしい遊び

滑り道登り つかまり滑り



滑り道滑り 両足かけ滑り



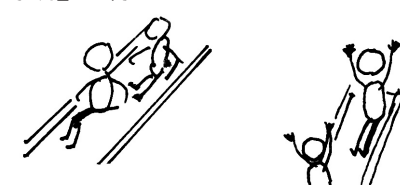
指導の手立て

- 滑り道を四つばいや2本足で登る。
- スピードの怖い子は、手すりを手や足で押えながらそろり、そろりと滑る。
- 手足の押えを少しゆるくして速度を早めて滑る。

memo

工夫して熱中する遊び

手離し滑り



組み滑り



指導の手立て

- 始めから手離しでさっと滑る。
- 両手を上げて滑る。
- 2人から3人手を握ったり、肩を組んで滑る。
- 勢いをつけて滑り、下でさっと立って前へ走る。

memo

発展した遊び

<ぐり滑り



前回り滑り



指導の手立て

- 両足を開いて立っている間を、寝ころんで滑り抜け、すぐ上体を起して滑り降りる。
- 踊り場から前ころがりしてそのまま滑りおろる。

memo