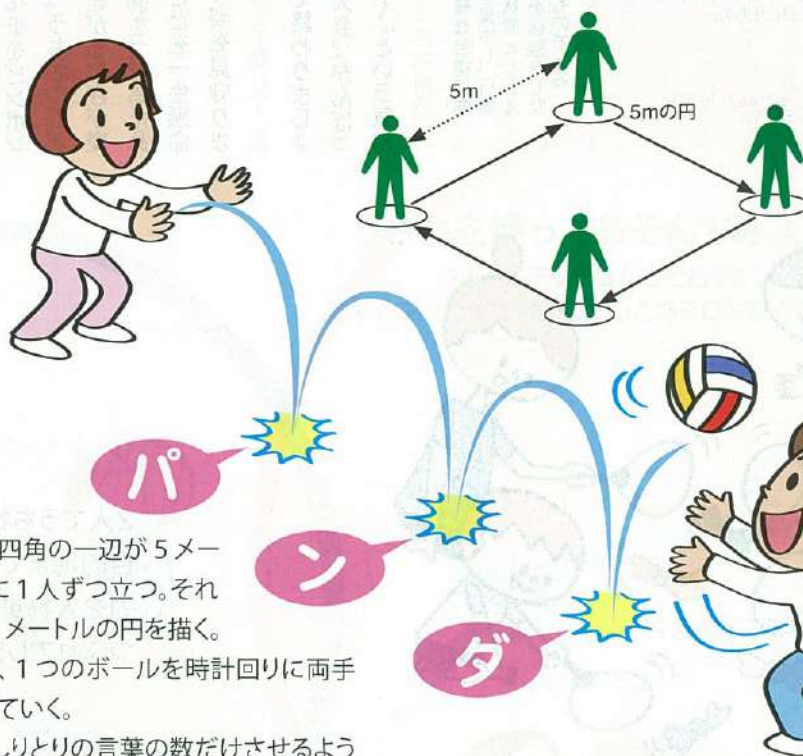


しりとりのお題の数だけボールをバウンドさせるあそび

バウンディングボール

このあそびの  
元気力

筋力	全身持久力	瞬発力	柔軟性	リズム感	バランス感
巧緻性	身体認識力	敏捷性	走力	投能力	空間認知能力
状況判断	カフェアプレイ	推理力(戦略立案力)	表現力(体、言葉)	発想力	助け合う力



あそびかた

- 3人なら三角、4人なら四角の一边が5メートルのコートを描き、角に1人ずつ立つ。それぞれの足もとには直径1メートルの円を描く。
- しりとりのお題に合わせて、1つのボールを時計回りに両手下投げでバウンドパスしていく。
- バウンドさせる回数は、しりとりの言葉の数だけさせるようにする。  
(例:「パンダ」なら3回バウンドするようにパスする)
- パスされた人は、円から出ないように飛んできたボールをキャッチする。
- ボールがうまくキャッチできたら、投げた人と取った人の両方にしりとりの文字数分の得点が入る。
- 早く20点をとった人が勝ち。

〈文字の数だけポイントゲット〉



ボールを投げた人も取った人も3点ゲット!



バウンドが多くても少なくともアウト!

導入例

Step 1

3~4人で組をつくらせ、しりとりなしで足元が動かないようにして時計回りにボールを回して楽しませる。

Step 2

リーダーが「1回」「2回」「3回」などとコールし、コールされたら、その回数分をバウンドさせてパスをするようにして楽しませる。

Step 3

各組のペースで、「しりとり」をしながら、その文字数分バウンドさせる正式ルールで楽しませる。



バリエーション

- 足もとの円を小さくして片足立ちで行うと難易度がアップする。
- それぞれの位置を近く、または遠くすると難易度が変化する。

石和北小学校(山梨県)での遊びの様子(スポーツ庁委託27年度「地域を活用した学校丸ごと子どもの体力向上推進事業」)。

合図と同時に鬼がストップコールをし、その間に逃げ出した子を鬼がボールを使って捕まえるあそび

# ストップ

## このあそびの 元気力

筋力	全身持久力	瞬発力	柔軟性	リズム感	バランス感
巧緻性	身体認識力	敏捷性	走力	投能力	空間認知能力
状況判断	カフェアプレイ	推理力(戦略立案力)	表現力(体、言葉)	発想力	助け合う力

親には番号を  
秘密にする



### あそび かた

- 1メートルくらいの円を描き、その真ん中にボールをセットする。
- ジャンケンで親を決める。
- 他の人は親にわからないように1から順に番号を割り振る。
- 全員が円の中に片足を入れた状態から、親が番号をコールしたらスタート。親は割り振った番号を自由にコールする。
- 番号を呼ばれた人が鬼。ボールを持ち上げ、「ストップ!」とコールする。
- 番号を呼ばれなかった人は一斉に逃げ「ストップ!」のコールで止まる。
- 鬼は当てやすい人から順番に、全員アウトをめざしてボールを当てていく。ボールを投げる際、鬼は円から出てはいけない。
- 最初に当てられた人が次の親となって③から繰り返す。



狙われた人は  
ボールを避けてもいいが、  
足が動いたらアウト。



### 導入例

**Step 1** .....  
5人程度の組をつくらせ、1から順に番号を割り振らせる。ボールを円の中にセットした状態で待機させ、リーダーがコールした番号が鬼となるルールで楽しませる。ボールはアンダースローで転がし、子は両足を動かしてはいけないルールで楽しませる。

**Step 2** .....  
親が番号をコールする正式ルールで楽しませる。ボールが外れた時は、狙われた子がボールを拾って鬼に返すようにして行わせる。

**Step 3** .....  
オーバースローもOKのルールで楽しませる。オーバースローのときは、ボールをキャッチできたらセーフとする。

### バリエーション

○ボールを置く円を大きくすると逃げる時間が長くなるため難易度がアップする。



下吉田小学校(山梨県)での遊びの様子(スポーツ庁委託27年度「地域を活用した学校丸ごと子どもの体力向上推進事業」)。