

公園遊びの紹介

遊びの名前	遊び方	参考
<p>みつけたみつけた</p>	<p>赤ちゃんも少し歩けるようになると、かくれんぼが楽しくなります。公園でも景色がちがって、いろいろなものがあるので十分に楽しめます。</p>	
<p>カン(ペットB)けり (3人以上、家族でも)</p>	<p>①空き缶(空きペットボトル)を一個用意します。 ②ジャンケンで負けた人がはじめはオニです。 ③オニは逃げた人をカンから離れすぎないように追いかけます。(逃げられる範囲を決めておきます。公園の中とか)捕まったらカンのそばにつかまった人は、捕虜になります。全員捕まれば最初につかまった人がオニになります。 ④オニのすきをついて、カンを蹴れば、捕虜も解放されて、再スタート</p>	<p>空きペットボトルには底から1cmくらいの砂か水を入れ、安定させます。カンを多く蹴った人がチャンピオンなどとしてもいいですよ。</p> 
<p>影ふみオニごっこ (2人以上、親子でも)</p>	<p>①オニの人が、ハンカチか何か目印を持ちます。 ②ジャンケンで負けた人がはじめのオニです。 ③オニに影を踏まれたら、オニの交代となります。</p> 	<p>途中でどちらがオニかわからなくならないように目印を持つといいですよ。</p> 
<p>だるまさんがころんだ</p>	<p>①ジャンケンでオニを一人決めて、木や壁に向かいます。 ②10mぐらい離れた所に線を描き、他の人達は横一列に並びます。「はじめのだいっぽ！」と言って線から一歩だけ前に跳び、スタート! ③オニは壁(木)に顔を伏せて「だるまさんがころんだ」と10数える。おにが数えているスキに、他の人達はオニに近づきます。オニは言い終わったらすばやく振り向き、オニのしている時は動いてはいけません。 ④動いている人がいたら名前を呼び、呼ばれた人は「捕虜」となってオニと小指をつなぐ。これを繰り返して、つかまった人は順につながっていく。全員「捕虜」となったら最初につかまった人がオニになります。また誰もつかまらず、最後にオニがタッチされたら、もう一度やり直します。 ⑤途中でオニと捕虜がつないでいる手をチョップで「切ったー！」と誰かが切ることができた場合は、みんな一斉にオニから逃げることができる。オニは「だるまさんがころんだ」と言って、すぐに「ストップ！」と叫び、みんなの動きを止めます。そのまま動いてはいけません。</p>	<p>親子でも簡単なルールにして楽しむ事ができます。動きを止める。目隠している間に動くことが楽しい遊びです。</p> 
<p>すべり台デビュー</p>	<p>低いところから始めはうつぶせで頭を上にしてみましょう。次に座らせて、どちらも親が支えながら、ゆっくりとすべる感覚を覚えさせましょう。</p>	
<p>ぶらんこデビュー</p>	<p>親が座って、その上に座らせます。ゆっくりから慣れるようにぶらんこ運動してください。</p>	
<p>なわとびデビュー</p>	<p>なわとびを揺らして、とびこえる感覚を一回ずつ、慣れていき、連続で飛べる回数を増やしましょう。できるようになったら、一人で縄を回してとべるよう、一緒に</p>	
<p>紙飛行機とばし 竹とんぼ・割りばし鉄砲</p>	<p>いろんな紙飛行機をつくってできるだけ遠くに飛ばすことで比べっこしましょう！割り箸をおもりにしたり、紙の厚みを変えたり(取り外したカレンダーを使って大きな紙飛行機にしたり)工夫してみましょう。</p>	
<p>竹馬・竹ぼっくり</p>	<p>竹が手に入れば、細ければ竹馬に、太ければ竹ぼっくりを作って、乗りこなしてみましょう。作り方はインターネットに詳しく載っています。参考にしましょう。</p>	