

運動・スポーツの大切さを科学的に解説！

伝承遊びで育まれる心と体

鬼遊びやかくれんぼ、剣玉やコマ回しに代表されるような、昔から子供たちに親しまれ、伝えられてきた遊びのことを「伝承遊び」と呼びます。伝承遊びの良さは、集まった人数や場所に合わせて、何をして遊ぶのか、どのようにすればみんなで楽しめるのかについて、子供同士で相談しながらルールを決めるなどの工夫ができることにあります。

しかしながら、このような遊びをして楽しむ子供の姿は、あまり見かけられなくなりました。原因として、子供を取り巻く環境の変化（時間、空間、仲間の減少など）だけでなく、テレビゲームや携帯型ゲームの普及などによる遊びの質的な変化もあげられるでしょう。

子供の興味や関心は、時代や環境に応じて変

化していくものですが、子供たちの心身を豊かに育んできた伝承遊びが遊びの中から消えてしまうのは、とても残念なことです。伝承遊びを「伝承」していくためには、まずはその面白さを体験することが必要です。ぜひ保護者の方が子供の頃に行った伝承遊びをお子様へ伝え、ご家庭で一緒に楽しんでください。



鬼ごっこ あっという間に 日が暮れる

今月の運動遊び

お子様に紹介したり、一緒に遊んでみましょう

ねことねずみ

★特徴

2グループがライン上で向かい合い、リーダーのかけ声に合わせて追いかけてっこをしながら自グループの仲間を増やしていくゲームです。

★遊び方

- ①ラインを2本引き、2グループ（ねこチームとねずみチーム）に分かれた子供がライン上に向かい合って立ちます。
- ②リーダーが、「ね、ね、ね、ねずみ！」と声をかけたら、ねずみチームがねこチームを追いかけてみます。ねこチームはタッチされないように後方のラインまで逃げます。
- ③後方のラインにたどり着く前にタッチされたら、相手チームの仲間となります。これをランダムに繰り返して、最後に人数の多いチームが勝ちです。

★気をつけること

- タッチするときに、押さないようにしましょう。
- 逃げるときは蛇行しないで、後方のラインまでまっすぐ逃げましょう。



遊びの展開例

- リーダーは「ね、ね、ね、ねんど！」など、ときどきねことねずみ以外の指示を出してみましょう。
- ラインの間隔を変えたり、座ったり、うつ伏せや仰向けの状態からスタートするルールにしてみましょう。
- 「ねことねずみ」だけでなく、「タコとタイ」「サメとサケ」など、チーム名を考えてみましょう。

日本体育協会のACP総合サイト
遊び方を動画で確認できます。
他にもたくさんの運動遊びを紹介しています。

ACP 日体協

今月の予定 2017年 11月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

コラム / 総合型地域スポーツクラブ

誰もが集うクラブがあります

皆さんが住んでいる街には、「総合型地域スポーツクラブ」がありますか？

「総合型」とは、三つの多様性をもっていることを指します。それは、①種目の多様性（多種目）、②世代や年齢の多様性（多世代）、③技術レベルの多様性（多志向）です。

「総合型地域スポーツクラブ」とは、誰もが身近な地域でスポーツに親しむことができるスポーツクラブで、以下のような特徴があります。

- ①単一のスポーツ種目だけでなく、複数の種目が用意されている。
- ②子供からお年寄りまで、また、初心者からトップレベルの競技者まで、そして、楽しみ志向の人から競技志向の人まで、地域住民の皆さんの誰もが集い、それぞれが年齢、興味・関心、体力、技術・技能レベルなどに応じて活動できる。
- ③活動拠点となるスポーツ施設をもち、定期的・継続的なスポーツ活動を行うことができる。
- ④優秀な指導者がいて、それぞれの参加者の要求に応じた指導ができる。
- ⑤スポーツ活動だけでなく、できるところでは文化的活動も準備されている。

総合型地域スポーツクラブに行けば、体育の授業やクラブ活動とは違ったスポーツの楽しみ方が経験できるかもしれません。