

## 伝承あそび

### 【遊び方】

#### 1 けんぱ（そうきんけんぱ）

- ①スタート位置に立ち、1番目がけて石を投げる（枠内に入れる）
- ②ケンケンパで1から順に14まで進む  
（3.4.6.7.10.11.13.14は両足 13.14で折り返し）
- ③戻ってくる最中に投げた石を拾って帰ってくる。
- ④終わったら次は石の投げる所を、2.3.4…と順に遠くしていく



#### 2 ゴムとび

- ①3mほどのゴムを輪にしてゴムひもを作る。ゴムの両端に1人ずつ立ち、ゴムを15cmほどの広さに広げる。
- ②歌に合わせて、足をからめたりはずしたりしながら、決まった型を跳んでいく。  
（♪うさぎとかめ ♪きんし輝く日本の など）

#### 3 まりつき

- ①ゴムまりを用意し、地面が平らな所で遊ぶ。
- ②曲に合わせて、まりをつく。（♪げんこつやまのためきさん ♪あんたがたどこさ など）  
・3拍ついて1拍とめる・3拍ついて4拍目に誰かにおくる・決まった言葉の時に足の下を通す

#### 4 おはじき（はじきとり）

- ①床におはじきをばらまき、遊ぶ順番を決める。
- ②はじく位置を決め、指でその間を区切るように線を引く。  
（線を引くときに指がおはじきに触れると失敗）
- ③指ではじいておはじきを当てる。（決めたおはじき以外に当たると失敗）
- ④成功したら続けて何度でもすることができる。失敗したら次の人に順番がまわる。  
※低年齢児は、一緒にはじいて遊んだり、数を数えたり、色分けして遊ぶのも効果的。

#### 5 おてだま

- 山くずし…たくさんのおてだまを1か所に集める。その真ん中に棒を1本立てる。順番を決め、1人1個ずつおてだまを取っていく。棒を倒した人の負けとなる。  
あんたがたどこさ…複数で遊ぶ。歌に合わせておてだまを交換しながら順番に遊ぶ。（歌詞に「さ」が出てきたら、おてだまを交換する）

### 【遊びのねらい】

- ・ 野外の開放された空間の中での静かな遊びを楽しむ。
- ・ バランス感覚を養う。
- ・ 昔から伝わる歌のリズムにのって遊び、体を動かすことを楽しむ。
- ・ 運動機能、瞬発力、リズム感の向上をはかる。
- ・ 手先の動きを鍛える。
- ・ 数を理解する。
- ・ ルールを知り、ルールのある遊びを楽しむ。
- ・ 物事に対する意欲、自分も他者も大切にすることをはぐくむ。
- ・ 周りの人とのコミュニケーション能力、ともに楽しむ共有感を培う。
- ・ 遊びを工夫し考える創造性を培う。
- ・ みんなで使う道具を大切に使用する。
- ・ 異年齢のこども達に、必要に応じた関わりや言葉かけをする（思いやり）。

### 【遊びの効果】

- ・ 昔から受け継がれてきた伝承遊びに親しむことができる。
- ・ 遊びを通して、人と人がつながり、互いを認め合う人間関係をはぐくむことができる。
- ・ 一定のルールに従ってみんなと一緒に遊び、ルールを守る必要性を感じることができる。
- ・ 他者を意識しながら、集団で遊ぶ楽しさを培う。
- ・ 周りの大人や他児の話の聞いたり、何度も繰り返し行うことで、工夫したりして「楽しかった。またやりたい」という意欲をはぐくむことができる。
- ・ 誰でもできるやさしい技から入って、1つできたらどんどん高度な技に発展させていくことで、達成感を味わうことができる。
- ・ 遊びを展開していく中で、周りの人と意見を出し合い工夫し、遊びの喜びや楽しさが共有できる。
- ・ みんなで使う道具を大切に扱ったり、年代によっては注意が必要なこどもたちがいることを分かり、物や他者を思いやる気持ちを培う。

### ※伝承遊びとは…

古く奈良時代より伝わり、大人の関与の少ない空き地や路地裏でこどもたちが独自に生み出した文化です。自由に遊ぶ空間は「家」にはなく、また集団で遊ぶためには「外」での遊びが重要でした。子どもたちは独自に遊び方を工夫しながら、体の動かし方と道具を高度な形に磨き、自然な形で「自己発見」「自己肯定」へと繋げていきながら、他者への思いやり（ごまめの存在→子守をしてもらいながら遊びをする〈0～3歳〉）や知恵を身につけていました。当然のことながらそこにはリーダーの存在があり、男の子と女の子の遊びの違いが生まれています。男の子たちは自身の力で沢山の道具を作り、マンパワーで競う遊びを沢山生み出しました。

上記の伝承遊びは、男の子の生み出した遊びから離れた位置で小さい兄弟たちと野外で過ごす柔らかな遊びを考え出した当時の野外遊び（女の子の）文化です。

こども遊びには、年齢と環境と段階があり、また一口に言い切れない大切な感性の部分があります。大人の関与がない中で、もめながらも進む、こどもたちの知恵は素晴らしいです。

遊びの内容だけでなく、このような背景や大人たちの関わりについても、受け継がれていくことが大切だと考えています。



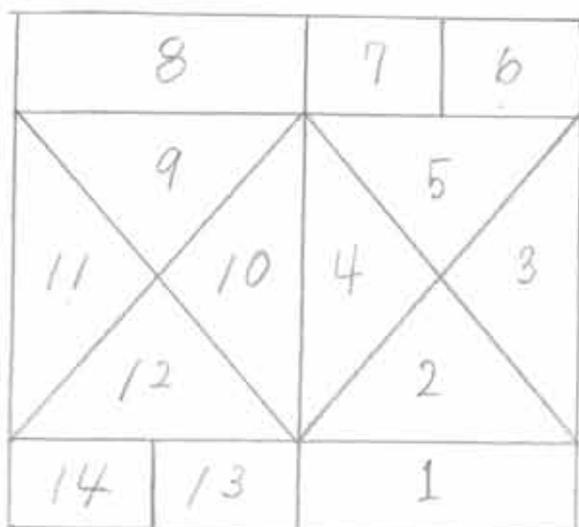
# ケンパ



(ここでは“ぞうきんケンパ”を紹介します)

① 用意するもの …… 平らな石 (おはじき等で代用可)

あそびを始める前に地面(床)にケンパの枠を描いておく。



地面には  
分かりやすいように  
大きく数字を  
かきます!!!

↑ スタート位置

～あそびかた～

- ① スタート位置に立ち、1番の枠の中に石を投げ入れる。  
枠内に入れればOK! (枠内に収まらなからたら交代)
- ② ケンケンパで 1から順に14まで進む。  
(3・4、6・7、10・11、13・14は両足で踏む) 13・14でおり返す。
- ③ 戻って来る最中に先ほど投げた石を拾って帰ってくる。
- ④ 終わったらい次は石の投げる戸数を2、3、4...と順に遠くしていく。

この遊びの  
ねらい



ケンケンで進んでいくことで  
バランス感覚を養う!



# ♪ コムとび ♪

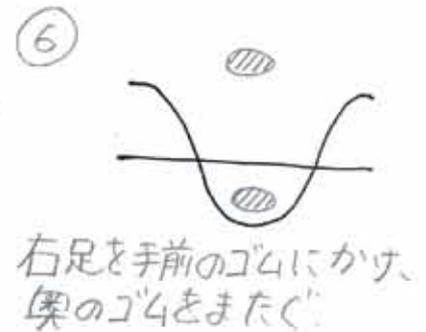
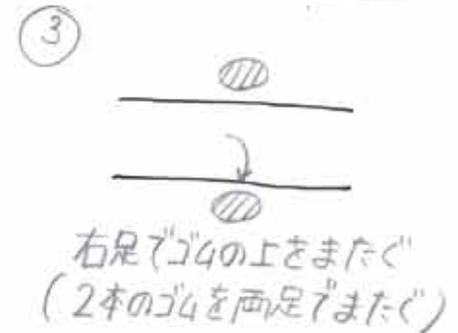
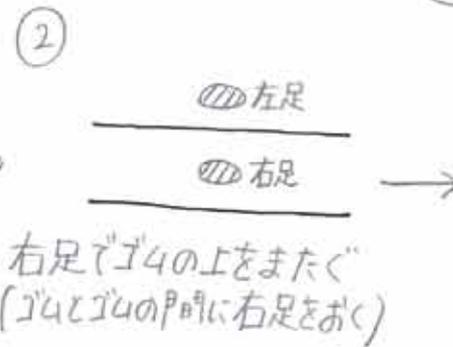
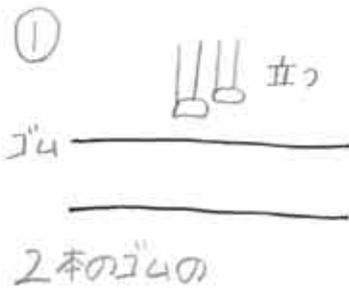
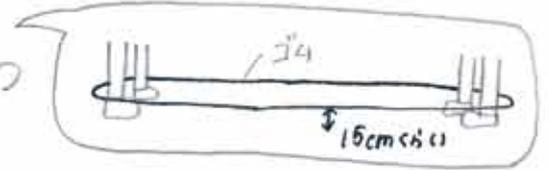
○対象年齢… 4歳ごろから

(4歳未満の子どもはゴムをまたぐことを楽しめます)

○ねらい… 運動機能の向上や、歌に合わせて体を動かすことを楽しむ。〈瞬発力〉〈リズム感〉

## ◎あそびかた

～準備～ ゴムを2人の足にかけて立つ



①～⑦を繰り返す。

⇒歌に合わせて足跳びます♪

★指導のポイント★

- 子どもの前に立って“真似してやってみてね”と言って一緒にやると良い◎
- ゆっくり→はやく 段々テンポをUPすると楽しく体を動かせる

## ＜歌詞＞

きらり輝く日本の アフリカ フランス ヨーロッパ  
 パップパーの 300年 それが17600年  
 きしがりの鐘がなります キンコンカン

♪ 「きらり輝く日本の」

もしもしかめよかめさんよ  
 せかいのうちで おまえほど  
 あゆみののろいものはない  
 どうして そんなに のろいのか。

♪ 「うたぎとかめ」



# おてだま

～ 2つの遊び方を紹介しますよ！～

(1.) 小さい子(小学生くらいまでの子ども)が楽しめる遊び

## 山くずし

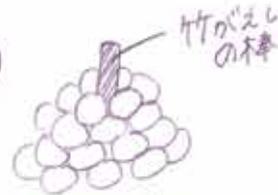
① 人数が少ない場合はお手玉を取る数を増やしてあそぶ

～あそびかた～



① お手玉を1ヶ所に集める。

②



真ん中に竹がえしの棒を1本たてる。

③ 順番にお手玉を1人ひとつづつ取る。

★ 竹の棒をたぶらした人が負け

(2.) 歌(曲)に合わせて楽しむ遊び

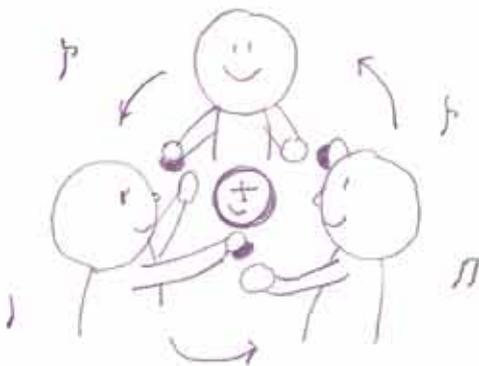
## あんたがたどこさ

みんなが輪になり、うたをうたいながらお手玉をまわすよ!

～あそびかた～

歌(曲)に合わせてお手玉をまわす(交換する)

→ 歌詞に“さ”が出てきたら友達の手にお手玉をのせて、まわしていく。



歌詞 ♪

あんたがたどこさ  
 ひごさ ひごどこさ  
 くまどさ くまどどこさ せんばさ  
 せんばやまにはためきがあさ  
 それをしょうしがてらほうどうさ  
 にさ せいさ くらさ  
 それをこのはごちよいかさせ

⚠ 最後の“かさせ”の所は相手の頭にお手玉をのせる