

■ 22 なわとばない ■

～ 大縄を仲間と力を合わせてくぐる課題解決 ～

目の前で縄が回ると、跳ぶ衝動を抑えられなくなるような子どもと、緊張感が高まる子どもとに分かれます。でも、このアクティビティは縄を跳びません！縄に引っかからないように、くぐり抜けるチャレンジです。最初は1人で、次は2人で。人数が増えていくと、合わせるための工夫が必要かも。



りょうちゃん

*対象…小学校低学年～
 *人数…何人でも
 *時間…15～20分
 #身体系 #課題解決 #掛け声 #協力

用意するもの

- 縄跳び用の大縄

進め方

- (1) ファシリテーターともう1名がターナー（縄を回す人）、活動に参加をする子どもたちは縄の片側に寄る
- (2) 回っている縄に引っかからずに反対側にくぐれたら成功、もしも引っかかったら元の側に戻って何度でもチャレンジできるということを伝える
- (3) レベル 1：自分のタイミングでくぐる（並ばないで、どこからでもいつでもOKということを伝える）
 まずは、ウォーミングアップも兼ねて何度かくぐる体験をする。
- (4) レベル2：2人組でくぐる。
 レベル3：4人組でくぐる。
 レベル？：以後、チャレンジが上がるごとに人数を増やす。
 グループ（クラス）全員でくぐる。
- (5) 引っかかったら、速やかに他のグループの後ろに回ることに

バリエーション

- 歩いてくぐる（走らない）、スキップでくぐる、しゃべらない（ノンバーバル）など条件を変えてみる。
- グループ（クラス）チャレンジとして、1人でくぐる→2人でくぐる→3人でくぐる、を1サイクルとして、→1人→2人→3人→・・・を10サイクルできたらクリア。引っかけたり、空回しが入ったりしたら最初からやり直し。何サイクルでクリアとするかは、グループで目標設定することが可能。設定によっては、かなり難易度が高くなるかも。

注意事項

- 縄の回転の速さや、ターナーの優しさ次第では、難しい課題にも簡単な課題にもなる。
縄跳びの半分は、ターナーの優しさでできていることをお忘れなく。
- 他の人と肩を組んだり、腕を組んだりすると、一人が転んだときに将棋倒しになる可能性があるので注意を促す。状況によっては、肩を組んで走ることは禁止する。

