

とんで

遊ぶ とぶことで子どもは表現する

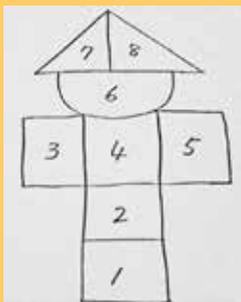
うれしい時、子どもはびよんびよんとびます。とぶのが大好きな子どもは、あそびの中でもおおいにとびはねます。1人で、大勢で。時に歌いながら、時に全力を尽くして。



いろいろな伝承あそび

8 けんけんぱ (けんぱけんぱ)

地面にけん(片足)とぱ(両足)をつきながら進んでいくあそび。円やマス目を重ねてかきその中を「けん、ぱ、けん、ぱ」と言いながら片足、両足でとんでいく。「けん」と「ぱ」を間違えたり、線を踏み越えてしまったら次の人と交代する。



9 ゴムとび

長いゴム(裁縫用のゴム、あるいは輪ゴムを繋げて長くする)を2人で持つか、片方を木や柱に結んで持ち、そのゴムをさまざまな姿勢でとび越す。ゴムの高さを膝、腰、肩と低い位置から少しずつ高くしていく。とぶ人は少し離れたところから助走し、姿勢を工夫してとぶ。ゴムに引っかかってとびこせなかったらゴムを持つ人と交代する。

10 くつとばし

♪あーした天気になーれ♪と言って、履いているくつを片方とばす。裏が出たら雨、横は曇り、表は晴れとお天気を占ったり、単にとばす距離を競ったりする。昔の子どもたちは、晴天を願って表が出るまで下駄をけり続け、てるてる坊主を作っては軒に下げた。

11 馬とび

1人がかがんで自分の足首か膝をつかみ馬になる。もう1人は馬の背中に手をついて開脚してとび越す。次にとんだ人が、馬になって、馬だった人がとんで交互に続けていくあそび。ただ、馬がつぶれてしまうと大きなケガにつながるので気をつけてとび。

12 らかんさん

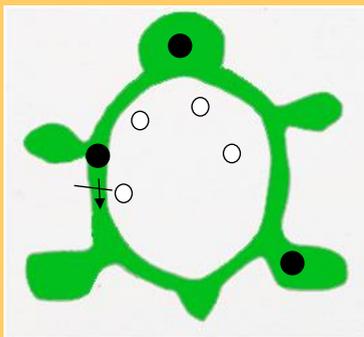
数人で輪になって片足で立ち、もう片方の足を後ろの人の足と組んで前の人の肩に手をかけ、うたに合わせてとんでまわる。「♪らんかんさんがそろったら まわそじゃないかよいやさのよいやさ♪」

13 ロープまわし

ロープの端を結ぶか先端にボールなどを取り付け、重しにする。1人がまわし手になり、自分を中心にして膝高くらいまでの高さで平行にロープをまわす。合図と共に回転するロープの上に入り、引っかからないようにとび続ける。引っかかったり身体に当たったりしたら、回し手と交代する。

14 にくだん

- ①守りと攻めに分かれて、守りの人は線の内側、攻めの人は通路（緑のエリア）に立つ。
- ②攻めの人は通路をケンケンで回る。守りの人は攻めの人を内側に引っ張ったり、外側に押し出したりして回るのを阻止する。
- ③攻めの人々が3周回ることができたら終了。
 - *内側に引っ張ると味方にできる。
 - *ケンケンでやらない場合もある。
 - *「カメ」とか「肉丼」「ひまわり」などと言う場合もある。



15 高いところからジャンプ

街、公園のあちこちで見つけた段差や柵、植え込みの端のコンクリートからピョン!!ととび。年齢に応じて自分のとべる力を見極めつつ、より遠くへより高いところからとべるよう挑戦する。雨上がりの大小の水たまりをとび越すのも楽しい。ピチャン!!と濡れずにとび越せれば合格。



なわとび

うまくいったらうれしい、失敗しても楽しいあそび

1人でとびなわとびは、体力にあわせて自分で工夫しながら楽しく集中力などを育むことができます。大勢で遊べば、みんなで息をそろえてリズムよく動く楽しさを体験できます。1人でやっても、大勢でやっても、楽しいあそびです。



<遊び方>

16 あやとび



①前にまわしながら両手をクロスしてとぶ。



②クロスしたまま、からだの後ろで縄をまわす。



③からだの前でまわしながら、両手のクロスを解く。

17 おはいんなさい



①まわっている長なわの中に、最初の1人が入って、♪お嬢さんおはいんなさい♪と歌う。



②♪ありがとう♪と歌いながら2人目が入って、とびながらじゃんけんをする。
♪じゃんけんぽん、負けたらさっさとお出んなさい♪



③負けた方が、抜けていく。

18~20 長なわとび



- 18 **へびなわ** …… 長なわの端を2人で持ち、地面に置いて横に振る。へびのようにによるよる動く。
 19 **たて波** …… 長なわの端を2人で持ち、しゃがんで縦に振る。たて波をとび越す。
 20 **なかなかなわ** …… 持ち手は長なわを二等分してびんと張り、2人で向き合って両端を両手で持つ。
 ♪なかなかなわ そとそとホイ なかそとそとなか なかなかなわ♪と歌いながら縄を閉じたり開いたりして、とび手はその間をとぶ。

21 大なわとび

2人でまわす長なわに1人ずつとんで入り、何人まで続けてとべることができるか回数を競う。まわす2人（ターナー）、入ってとぶ人、ともに呼吸を合わせることが大切。大勢でとぶ時には「遠足」といって最初にとんだ人が縄から走って離れ、木などに触れて駆け戻り、すぐまたとぶ、というあそび方が楽しい。どこまで「遠足」に行けるかは、参加人数により先頭の人判断する。ギリギリ間に合うくらいが楽しい。間に合わなかったり、縄に引っかかったら抜ける。

うたとなわとび



子どもにとって、歩く・とぶは成長に欠かせない動作です。

昭和初期に、米俵やリンゴ箱、炭俵などの荷造りに使われていたのは、わらで編んだ縄でした。そのわら縄が、子どものあそびに使われ、さまざまななわとびに発展したと考えられています。わら縄はとうの昔に姿を消し、今では材質もさまざまにとびやすくまわしやすい縄があります。あそびから一歩進んで、競技としてのなわとびもあります。

子どもたちを見ていると、成長と共に遊び方も変わっていきます。小さな子は縄を地面に置いて「へび」、もう少し大きくなると「大波 小波」へ、とびながら歌ううたも加わって一層楽しさが増します。歌われるわらべうたは動作を助け、心も合わせる役目を果たしています。わらべうたの歌詞には自然や歴史、ことは、数などいろいろなものが歌い込められていますが、誰が歌い始めたのかはわかりません。楽譜から生まれたものではないのです。各地で歌詞もメロディーも少しずつ違います。なわとびをしながら歌われるのも、♪おおなみなみ ぐるっとまわってネコの目♪だったり、ニャンコの目だったり。うたを歌いながら楽しく遊んでいたら自然にとべるようになったというようなところが、競技とは違うところです。

子どもたちにとっては高い所からとび降りる、小さい溝をとび越える、そんなこともあそびになります。鹿児島に伝わるわらべうたに、♪泣こかい とほかい 泣こよっかひつとべ♪というのがあります。ちょっと怖い、迷って泣くくらいならとべと、子どもを勇気づけるうたです。小さな頃、階段の一段をびよんととび降りることができて嬉しかった日から、子どもはとびながら成長するのです。