

巻の参 『遊びのタネ・ネタ』(屋内編)

1 バスタオルバレー

～名前の通りです。老若男女楽しめるバレーです～

1 対象および人数

- (1) 中・高学年(小4～)以上
- (2) 4人以上(4の倍数)人ぐらい

2 準備するもの

- (1) バスタオル2人に1枚
- (2) ビーチボール

3 基本ルール

- (1) 2人1組をつくります。バスタオル1枚を2人で持ちます。
- (2) 自陣と敵陣を設定します。
- (3) ボールをタオルであやつります。自陣でボールをパスできるのはバレーボール同様3回までです。3回以内に相手陣にボールをアタックします。
- (4) 設定した得点に到達した方が勝利です。

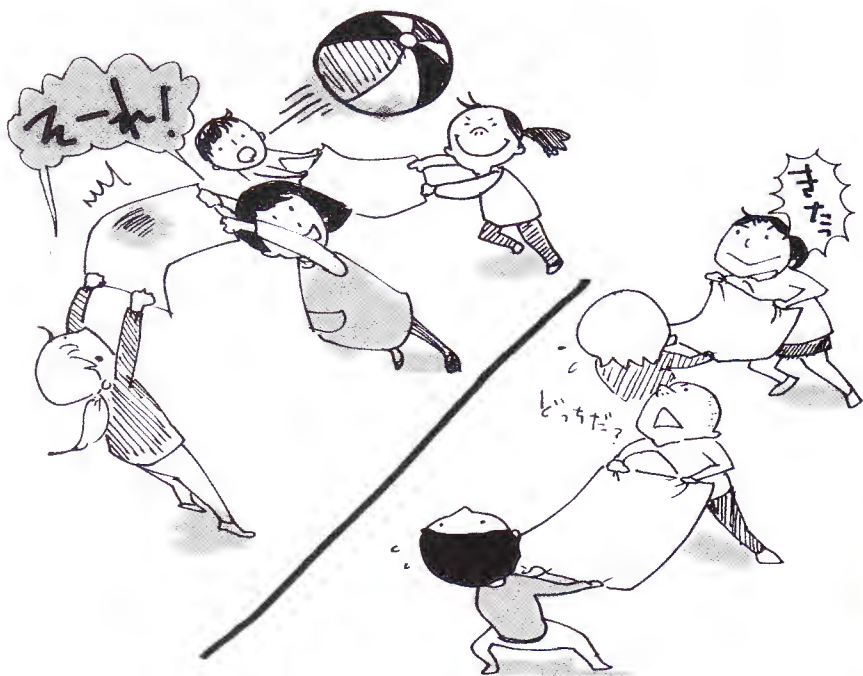
4 ルールのバリエーション

- (1) スポーツタオルと紙風船で行うなど、色々なボールでやってみることができます。
- (2) 4組以上いると、2組対2組に分かれることになります。その際は、1組が2回連続でボールをつけないことにします。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとうすれば面白いという子どもの提案



バスタオルバレー 配置図 (例)

巻の参
「遊びのタネネタ」屋内編



2 ぐーちょきぱー

～♪ぐーちょきぱーで♪何作ろう♪何作ろう♪～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 何人でも



2 必要なもの

- (1) 両手

3 基本ルール

- (1) ぐーちょきぱーで何作ろう？歌に合わせてぐーちょきぱーで何か作ります。

4 ルールのバリエーション

- (1) かたつむりやヘリコプターなどよくあるネタから、出来るだけ新しいアイデアを皆で考えます。
(スネ夫、ニワトリ、前髪、バスケットボール、ホッチキス等)

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっところすれば面白いという子どもの提案



3 とりかえバレー

～2チームによる対抗戦に見えますが、実は違います

敵も味方、味方も味方のバレーボールです～

1 対象および人数

- (1)中・高学年(小4～)以上
- (2)8人くらい(もしくはそれ以上いると良い)

2 準備するもの

- (1)バレーボール1個または、ビーチボール(中)1個
- (2)ネットや、その代わりになるもの(紐など)

3 基本ルール

2チームに分かれます。

- (1)バレーボール同様、パスできるのは3回まで。
- (2)ボールをネット越しにパスした人は、ネットの下をくぐって相手コートに移動します。
- (3)ネットをくぐったら、同じコートのメンバーは味方です。
- (4)最終的には敵と味方の全員がコートを入れ替わったらクリアです。

4 ルールのバリエーション

- (1)ビーチボールなどにボールを変えます。
- (2)敵コートに移り、また味方コートに戻ってくるという設定に変えます。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

4 新聞紙 in



～いつやった（やる）の??昔も（今も）でしょう!!～

1 対象および人数

- (1)低学年（小1～小3）以上
- (2)何人でも

2 準備するもの

- (1)新聞紙などの紙
- (2)かご（ダンボール箱でも可）



3 基本ルール

- (1)紙を丸め、ボールのような状態にします。
- (2)ボールを柔らかく、きれいな形のボールにするため、ボールの状態にした紙を広げ、広げた後、再び丸めます。これを2回繰り返します。
- (3)丸めた紙ボールを目標物（かご）に向かって投げて、入れば勝ちです。

4 ルールのバリエーション

- (1)目標物の難易度（大・中・小さいかごなど）を決めます。
- (2)目標物までの距離を決めて、入ると「何点獲得」のように得点を決めて遊びます。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

5 新聞紙キャッチボール

～新聞紙さえあれば、あっという間に、ボールやグローブに早変わり～

1 対象および人数

- (1)低学年期（小1～小3）以上
- (2)何人でも

2 準備するもの

- (1)新聞紙

3 基本ルール

- (1)新聞紙を丸め、紙ボールを作ります。
- (2)2枚重ねの新聞紙の上に紙ボールを置き、新聞紙の両端を引っ張ると、丸めた紙は上（前）に飛びます。
- (3)2人組を作り、紙ボール1個をキャッチボールします。



4 ルールのバリエーション

- (1)キャッチボールに慣れてきたら、ゴミ箱などの目標物に向かって丸めた新聞紙を飛ばし入れます。
- (2)目標物をたくさん作り、入ると何点のように得点を決めます。
- (3)チームで丸めた紙を運び、目標物に入れるタイムを競います。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとうすれば面白いという子どもの提案

巻の参
「遊びのタネ・ネタ」屋内編

6 新聞紙いないいないバーっ



～生まれて初めてやった遊びってコレ？～

1 対象および人数

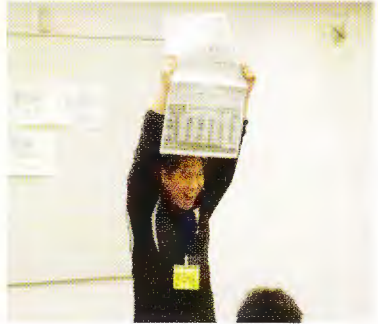
- (1) 低学年期（小1～小3）以上
- (2) 2人以上

2 準備するもの

- (1) 新聞紙などの紙
- (2) 笑顔

3 基本ルール

- (1) 新聞紙を1回折ります（折らなくても良い）。
- (2) 2人組になって、新聞紙を顔の前に出します。
- (3) 「いないいないバーっ」の合図で、新聞紙をはずして、顔を相手に見せます。
- (4) 次に新聞紙をはずす方向を「上か下」とします。
- (5) (3)を実施します。
- (6) 新聞紙を同じ方向にはずせば成功です。失敗ならば、再チャレンジします。
- (7) 次に新聞紙のはずす方向を「上下左右」とします。
- (8) (3)を実施します。
- (9) 新聞紙を同じ方向にはずせば成功です。失敗ならば、再チャレンジします。



4 ルールのバリエーション

- (1) 勝ち負けを決めた方が面白いので、最初にじゃんけんをして、勝った人から「いないいないバーっ」を実施します。同じ動きをしたら、負けです。3回勝負などルールを決めましょう。
- (2) 5人1組などチーム戦で行います。
- (3) 1人VS全員で実施、同じ動きができないと脱落します。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

7 新聞大相撲



～〇月場所千秋楽、気分はYOKODUNA～

1 対象および人数

- (1) 低学年期（小1～小3）以上
- (2) 2人以上

2 準備するもの

- (1) 新聞紙などの紙
- (2) 粘り強さ

3 基本ルール

- (1) 2人1組になります。
- (2) 1人は新聞紙の右端を親指と小指で、もう1人は左端を親指と小指でそれぞれ持ちます。
- (3) 「はっけよ～い、のこった」の合図で引っ張り合います。
- (4) 新聞紙が指から抜けなかった方が勝ち、新聞紙が破れた場合は紙の大きな方を持っている方が勝ちとなります。



4 ルールのバリエーション

- (1) 5人1組などを作り、チーム戦で実施します。
- (2) 1枚の新聞紙を3人以上で持ち、破れるまで引っ張ります。持っている新聞紙の切れ端の面積が広い方が勝ちです。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

巻の参
「遊びのタネネタ」屋内編

8 新聞紙じゃんけん

～みんなぐらぐらフラフラ～

1 対象および人数

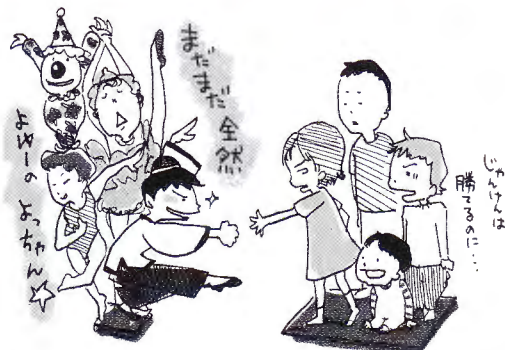
- (1)小学生低学年以上
- (2)4名以上

2 準備するもの

- (1)広い敷地（体育館など）
- (2)新聞紙（大きめの紙）

3 基本ルール

- (1)2人以上のグループをつくり、じゃんけんする代表者を決める。
- (2)それぞれのグループ全員が紙の上に乗る。片足だけ乗せても良いが、もう片方の足は地面についてはいけない。
- (3)それぞれのグループの代表者どうしてじゃんけんをする。
- (4)じゃんけんに負けたグループは紙を半分に折り、その上にグループ全員乗る。
- (5)(3)～(4)を繰り返す、最後まで、グループ全員が紙の上に乗っているグループが勝利となる。



4 ルールのバリエーション

- (1)紙ではなくて、地面に一定の大きさの円を描き、じゃんけんに負けると円に入る人数を増やしていく。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

「遊びのタネ」屋内編