

雲梯遊び



- 膝つきの四つ足歩き（パンダ歩き）で雲梯の上を進んでいく運動遊びです。
- 高所でのバランス感覚が身に付いていない子どもたちに取り組みせたい動きの一つです。



- 膝をつかない四つ足歩き（ねこ歩き）で雲梯の上を進んでいく運動遊びです。
- 腰高の逆さの姿勢になります。普段の生活にはない姿勢なので体験をさせたい動きです。



- 雲梯の上で寝ころんだり、足をかけて上体を空中に出したりする運動遊びです。
- 横棒や縦棒に足をかけることで、高所でいろいろな姿勢になる遊びです。



- 逆さの姿勢であるコウモリになる運動遊びです。
- 雲梯の上で腰を下ろし足をかけて逆さになったり、ぶら下がった姿勢から足をかけて逆さになったりする方法でコウモリになります。

■ 運動遊びのポイント

- 高所でのバランス感覚を育み、空中で様々な姿勢を楽しむことができる運動遊びです。
- 一度にたくさんの人数で遊ぶことができないので、遊び方の約束を決めておくことが大切です。