

野をこえ、山こえかけっこ



- ・ 障害物を「壊してもいいんだよ」と説明することで、子どもたちは、障害物の前で止まることも少なくなり、勢いよく走り越すことができるようになってきます。



- ・ 25m程度の走路に障害物（段ボールや輪、板等）を5～7個程度いろいろな間隔で置きます。
- ・ スタートから3～5m程度の距離を置いて一つの障害物を置くことで、走りながら跳び越す動きが出てきます。



- ・ 曲線コースに障害物を置いたり、障害物のサイドから走り越すことで、子どもたちの動きがより広がっていきます。
- ・ 直方体の段ボールであれば、一つの段ボールから高さ、幅、奥行きが違う置き方ができ、違う障害物となります。

■ 運動遊びのポイント

- ・ いろいろな間隔に置かれた障害物を止まらずに走り越えることを意図した運動遊びです。
- ・ 中学年のミニハードル走や高学年のハードル走のように一定の間隔に障害物を置く必要はありません。
- ・ ゴールした後の復路の設定と説明をしっかりとて、安全指導を行っていきましょう。