

ケンケンパーで足じゃんけん



- 「ケン・ケン・パーでじゃんけんぽん」と声をかけながら行くとリズムカルに動くことができます。
- 互いの間の距離をどんどん伸ばしていきましょう (4m→8m→)
- 間隔が広がったとき、互いの距離が縮まるまで「ケン・ケン・パー」とかけ声を続けましょう。



- 子どもたちがケン・ケン・パーの動きに慣れてきたら、じゃんけん列車風の遊びをやってみましょう。



- バリエーションの一つとして手つなぎ鬼ごっこ風にケンパ遊びもできます。

■ 運動遊びのポイント

- いろいろなケンパ遊びを繰り返し行うことで、「ケンパのリズム感覚」を楽しみながら、「片足踏み切り - 両足着地」の動きを身に付けていきます。
- じゃんけん列車や手つなぎ鬼ごっこを行うときは、時間を決めたり、BGMを流すとよいでしょう。