



ジャンプ VOL.1

豊岡市教育委員会
こども育成課
2023年1月13日（金）発行

本通信では、すぐにできる運動遊びメニューを紹介します。
子どもたちの様子に合わせて、アレンジして遊んでみてください。
今回は、「オニごっこ」をテーマにした遊びをご紹介します。
こども育成課 仲義健・上野真希



運動遊びのHPへ
とんでいこう！



色々なオニごっこを楽しもう！

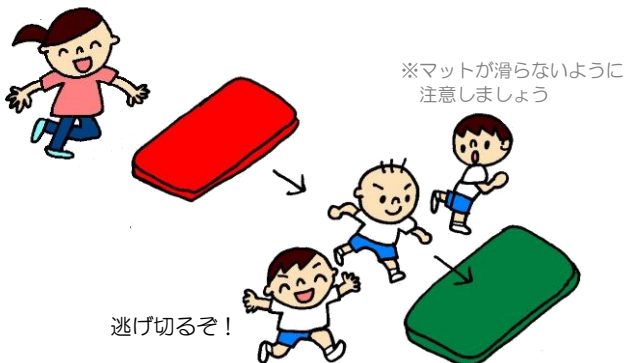
オニごっこは、様々な体の力を養う、特におすすめの集団遊びです。今回は、簡単に楽しめるオニごっこ遊びをご紹介します！

3歳児向け ●冒険オニ●

<遊び方>

後ろから追いかけてくるオニにつかまらないように、島から島へ走って逃げます。

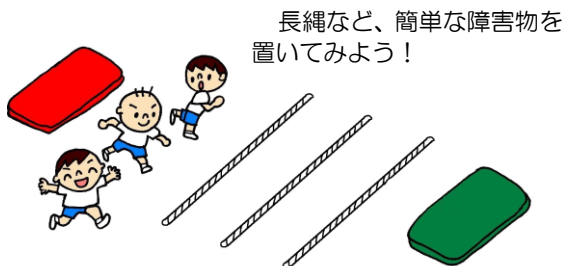
つかまえちゃうぞ～！



逃げ切るぞ！

※タッチされたらオニ役に加わるなど、ルールを変化させてみましょう。

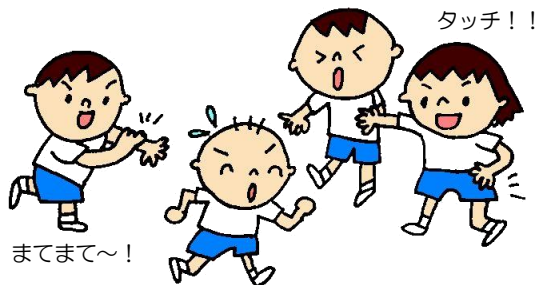
☆アレンジしてみよう☆ ヘビに気を付けてジャンプ！



4歳児向け ●傷オニ●

<遊び方>

オニを1人決め、ほかの子は逃げます。オニにつかまった人は、タッチされた場所を手で隠しながらオニになります。全員がオニになるまで続けましょう。



※顔や頭はタッチしないなど、安全に配慮した約束をおきましょう。

☆アレンジしてみよう☆ 先生がお医者さんに変身！



タッチされた子は先生（医者）になでてもらおうと傷が治り、オニでなくなるというルールにしても楽しい！

5歳児向け ●ワープオニ●

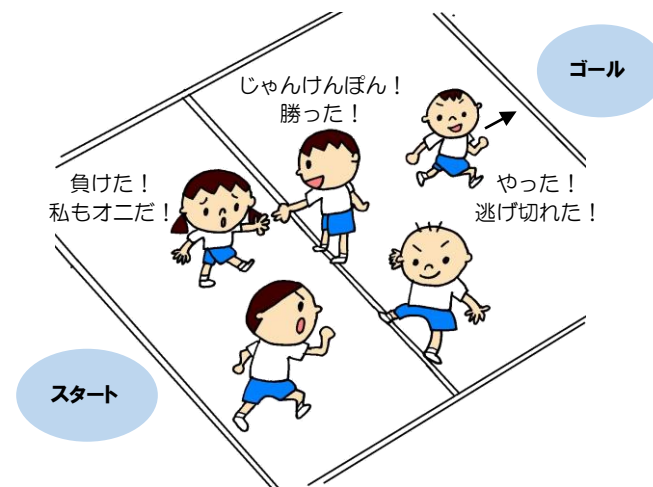
<遊び方>

二人のオニが中央線に立ちます。その他の子どもはスタートの線に並びます。

「ワープ」と全員で声を出したら、中心で待ち構えるオニにつかまらないようにゴールの線に向かって走ります。

つかまった子はオニとじゃんけんをし、勝ったらゴールまで行くことができます。負けたらオニに加わります。

次はスタートとゴールを入れ替えて同じように続けていきます。誰が最後まで残ることができるかな？



☆アレンジしてみよう☆ オニを二列でスタンバイ！

オニの数が増えてきたら、一列でなく、二列にしてみよう！（列と列の間はなるべく空けるようにしましょう）