

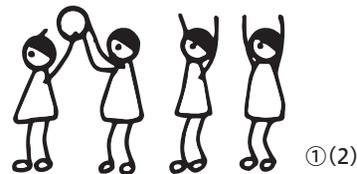
SPRING BALL を使用した幼児の

ボールあそび

①ボールを送る

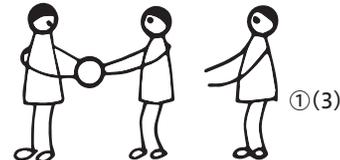
(1) ジグザグに送る

1グループ 10 名ほどで、2 列に向かい合って立ちます。
はしから手渡しでボールを送ります。



(2) 頭の上から送る

縦に一直列、10 名ほどで両手で上体をそらして後ろの人に手渡します。
終わったら逆向きになって続けます。



(3) からだをねじって送る

縦に一直列、10 名ほどで前向きのまま、からだをねじって、後ろの人にボールを手渡します。
歩いて向きを変えないように注意しましょう。



(4) 足の下から送る

縦に一直列、10 名ほどで足を開いて上体を前屈して、手を伸ばして後ろの人に手渡します。
終わったら逆向きになって続けます。

●指導のねらい

しっかりボールを手でつかまえてもらいます。
慣れてきたら大きさの違うボールを使ってやってみましょう。

②転がす

(1) 足のトンネル

横一列で
開いて立った足の回りを 8 の字にボールを転がします。途中でボールを逃がしたり、
足に当たらないように、両手を上手にを使って転がします。



(2) からだの前を横に転がす

横一列で
手の届く限り、なるべく遠くの方で転がしましょう。
両手をを使って、体重を上手に移動させましょう。



(3) からだに付けて

横一列で
立って、からだのまわりにつけて、ボールを転がします。ゆっくりでいいので、落とさないように
しっかりボールを扱きましょう。楽に立ってボールを頭から順に、下の方から上へ転がして
おろします。下までおろしたら同じように上に上げていきます。



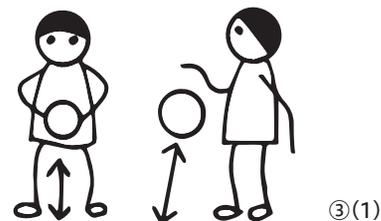
●指導のねらい

ボールの移動とともに、うまくボールを転がすために上体の前屈と、体重の移動が行われます。
両手の共同動作と相まって、からだ全体の器用な動き、柔軟性を育てます。

③ボールをバウンドさせる

(1) 両手、片手でバウンドさせる。

横一列で
ボールにあたる面積を大きくして動きを安定させるために、まず両手でバウンドさせます。
ボールのバウンドにからだをうまく合わせます。慣れてきたら右手、左手でもやってみましょう。
からだの動きと、ボールのバウンドがうまく合ってきたら、移動しながらやってみましょう。

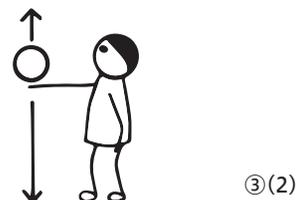


●指導のねらい

大きさの違うボールを使ってみましょう。両手で、その場で、走ってなど。

(2) 強くバウンドさせる

横一列で
両手でうんと力を入れて下にたたきつけるようにバウンドさせる。
ボールがまっすぐ上がるようにやってもらう。余裕が出てきたらボールが落ちてこないうちに、
からだを一回まわしてみましょう。



(3) いろいろなバウンド

2人で1組前後に並びます。全体の隊形は横2列で。

●からだの回りをバウンドさせる。

片手でバウンドさせながら、からだをねじって横から後ろの方までやってみます。

●バウンドさせてくぐらせる

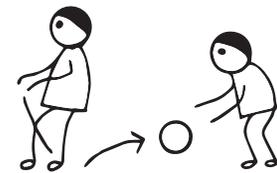
2人が前後になって、前の人は足を開いて立ちます。

前の人は足の間からボールをバウンドさせて後ろに送ります。

後ろの人はしっかりとキャッチ。交替でやってみましょう。

●ジャンプして送る

ジャンプして足の間からボールをバウンドさせて後ろに送ります。交互にやりましょう。



③(3)

④ 投げる

(1) 2人で投げて、キャッチする

2人で2mくらいの距離で向かい合う。慣れてきたらだんだん遠くしましょう。

投げて、キャッチすることの連続動作。投げることとキャッチすることは別のことではありません。

うまく投げるためにはちゃんとキャッチしていなければいけません。

(2) ボールチェンジ

2人で1組 2~3mの距離で

2人で向かい合い、ボールを上にあげて、相手の投げたボールをキャッチさせます。

(3) ボールを上にあげて、拍手

1列10人ぐらいで横並び

両手でボールを上にあげてキャッチ。

高く上げられるようになったらボールを上げている間に拍手をしてみましょう。



④(3)

●指導のねらい

まっすぐ上に、高く投げられるといいです。

⑤ いろいろな遊び

(1) 足にはさんで

1列10人ぐらいの横並びで

ボールを足首にはさんでジャンプします。

ジャンプしたときボールを前にあげて、手でキャッチします。



⑤(1)

(2) 足の上を転がす

1列10人ぐらいの横並びで

上向きに手をつき両足をそろえます。足首のところにボールをおいて、

落とさないように静かに足の付け根まで転がしましょう。

同じように足首まで戻して繰り返します。



⑤(2)

お願い

①ボールに穴があいていない場合でも、長い間には空気はゴムを透過して抜けていきます。

お使いになる前には必ず空気を入れて調節してください。

②空気入れ用の針は、先端をぬらしてヘソに入れてください。

③ボールをお使いになる時は、“有刺鉄線”や“破損した金網”などのある場所は避けてください。

ボールにとがったものが突き刺さると、穴は見えなくても空気モレの原因となります。

④熱気、または湿気も、ボールにとってはよくありません。特に、火などには近づけないようにご注意ください。

⑤保管の際は、“直射日光”のあたる場所は避けてください。

長時間“直射日光”にさらされると、ゴムの表面に亀裂や変色が生じやすくなり、空気モレの原因となります。