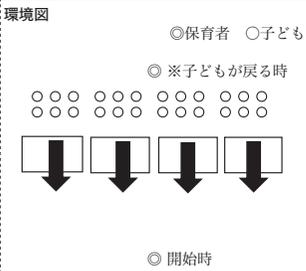


サブシート		運動あそび・表現あそび・統合あそび			
遊びの名称	前まわり		対象年齢	5歳児	人数 24人
場所	遊戯室	 <p>◎保育者 ○子ども ◎ ※子どもが戻る時 ◎ 開始時</p>	準備(用意する物も含む)	教材・用具・道具等	・ マット4枚
所要時間	20分	◎ 開始時		使い方の工夫	・ 待ち時間を減らし活動量を増やすため、マットを横にして使用
遊びのねらい	運動遊び・表現遊びのねらい ・正しい手のつき方からスムーズな前まわりの動き方を身につける（回転感覚の獲得）。 ・スムーズな前まわりができるようになり達成感を味わう。 ・安全に配慮しルールを守る。				
運動のポイント	運動のポイント ・しゃがんだ姿勢から指先を前に向けてマットに手をつく、目線は手と手を結んだ線よりも前を見る。 ・タマゴを立てるイメージで尻を上げ、目線は手よりも前を見て、指先に力を入れて転がらないように姿勢を保つ。 ・目線の中へ（へソの方）移すことによって、尻が頭よりも前へ倒れるように回転する。 ・踵を尻の方へ引き寄せると同時に頭を足よりも前へ出し、足の上に重心を重ねてから上へ立ち上がる。				
遊び方や遊びのルール	①しゃがんだ姿勢からマットに手をつき、尻を上げた姿勢から前まわりする。 ②前まわりの終わりはしゃがみ立ち、または立ち上がる。 ③終わったらマットの反対側で座って待つ。 ④保育者の指示で2回を行う。 ※時間内で繰り返し行う。		イラスト・図解		
安全面の配慮	・マットに手をつき尻を上げたときに、頭と一緒に上がっていないか確認する。 ・マットから頭が遠く離れると、回転時に頭や首への衝撃が強くなり、首を痛めることがあるので、事前に注意喚起をする。 ・尻を上げた姿勢のときに、後ろの子どもがふざけて押すことがないよう、事前に注意喚起をする。		留意点	・歪んで回転しても、隣の子どもにぶつからないように間隔を確保する。状況によって、マットの幅と人数を調整する。 ・尻を上げるときに膝が伸び切ってしまうと頭も一緒に上がってしまうので、頭を低く保てるよう膝の角度を調整する。 ・順番を待っている後ろの子どものとの距離を十分に確保しておく。	
備忘	ひらめき・応用等 ・1人での前まわりに十分に慣れたら、隣の友達と手をつないでやってみる。 ※手をつないでの前まわりは、友達とタイミングを合わせて行うことが大切である。				