

～表現あそびにチャレンジ～

4月2日(木)

🏠 運動あそび 「けん玉」

けん玉は手や腕だけを動かすのではなく、全身運動です。

膝の屈伸と身体全体を使うので、運動不足のかたにおススメのあそびです。

詳しくは日本けん玉協会ホームページをごらんください。

出典：日本けん玉協会 https://kendama.or.jp/tricks/for_beginners/



🏠 造形あそび 「紙コップでけん玉を作ろう」

材料：紙コップ、毛糸(約 60 センチ)、アルミホイル(30×60cm)、シールや折り紙、サインペンなど

- ① 毛糸の端っこをアルミホイルにセロハンテープで貼り、アルミホイルを丸めて玉を完成。(もっと大きなサイズの玉にしたい場合はアルミホイルを加えていいし、最初から大きなサイズを用意して。)
- ② 紙コップの底に穴をあけて①の毛糸の玉がついてない端っこを通して、コップの外側で玉結びをし、それをコップにセロハンテープに固定する。
- ③ コップの外側にシールや折り紙、サインペンなどで飾り、オリジナルのけん玉完成！



🏠 音楽あそび 「音楽に合わせてけん玉で遊ぼう」

けん玉が上手に出来るようになってきたら…「もしもかめよ」の歌に合わせて、

けん玉をしてみよう。歌を知らない場合は、おうちの人に聞いてみよう！

「もしもかめよ」の歌の拍子に合わせて、大皿→中皿→大皿→中皿と交互に

球を乗せられるかな？