

# リズムにのって



- すわった状態で音が流れ、音楽に合わせて手でリズムをとっていきます。
- 手をたたいたり、からだをゆすったりしていきましょう。



- からだが動いてきたら腰も浮いてきます。じょじょに立っていきます。
- おへその動きを意識しながら動いていきましょう。



- リズムにのって、2人で合わせておどっていきます。
- まねができる簡単な動きを紹介しましょう。



- リズムにのって、2人組でいっしょにおどっていきます。
- 前向き、後ろ向きなどの変化をつけたり、手をつないだりしてみましょう。

## ■ 運動遊びのポイント

- 子どもたちは音楽が流れると、自然とからだの感じるままにリズムを刻みます。教師の言葉がけでさらに動きを引き出すきっかけになります。
- 2人組で関わることで、多様な動きが生まれてきたりします。また、手をつなぐことは運動が苦手な子どもにとっての安心感につながります。
- 「手→足→頭→おしり→体全体」というように、動かしやすい体の部位から全身を使っておどれるように進めていきます。
- 教師は、子どものおどる姿を見ながら、動きを変えるポイントとなるアドバイスを投げかけるようにしていきます。