



5歳児「はっけん！」9月号の遊び②

## 忍者修行

### 【ねらい・遊び方】

- イメージしながら体を動かすことを楽しむ。
- 投げる、しゃがむ、バランスを取って歩く、跳ぶなどさまざまな動きを経験し、身体能力の発達を促す。

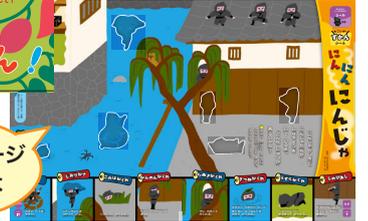
5歳児「はっけん！」9月号の内容



「Instagram」のフォローはこちらから→



シールのページから広げたいよ



## 【作り方】 ※ 動画つきは Instagram の動画で詳しく説明しています。



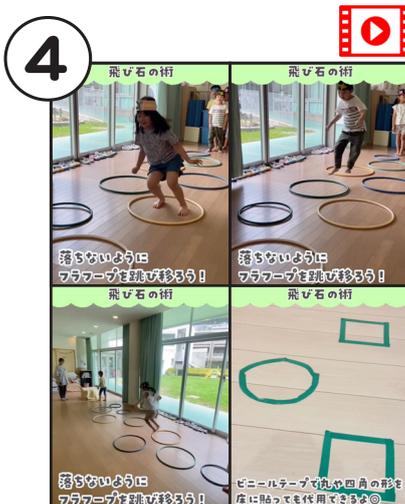
材料を用意する。



<忍者バンド>色画用紙を二つ折りにして飾りつける▶両端を折って輪ゴムをかけたホチキスでとめる▶ホチキスをセロハンテープで覆う



<手裏剣の術>折り紙で手裏剣を作る▶投げる位置の床にビニールテープを貼る▶空き箱に向かって手裏剣を投げる



<飛び石の術>床に並べたフラフープの外に落ちないように跳び移る (ビニールテープを丸や四角の形に床に貼ってもOK)



<隠れ身の術>布を体に掛けて小さくしゃがみ、体全体を隠す



<忍び足の術>「抜き足、差し足、忍び足」のイメージで、バランスを取りながら、落ちないように平均台の1本橋を渡る