

# 32 水遊びにチャレンジ

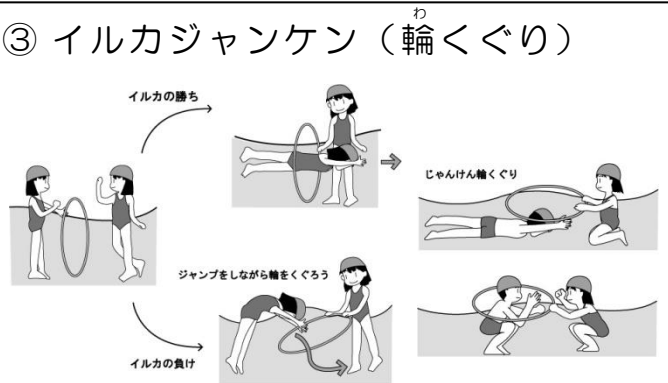
【水遊び】低学年、【浮く・泳ぐ】中学年、【水泳】高学年

## ① 動物歩き



- いろいろな動物をまねて、水の中を歩いてみよう。
- ワニ歩きをしながら、顔をつけたり上げたりしよう。
- かに歩きをしながら、ジャンプをしてみよう。

## ③ イルカジャンケン（輪くぐり）



- じゃんけんをして負けた方が水中の輪をくぐろう。
- 輪をたてにししたり、横にししたりしていろいろな方向からくぐってみよう。
- 輪の中に入ってじゃんけんをして、勝ったら輪をくぐってでよう。

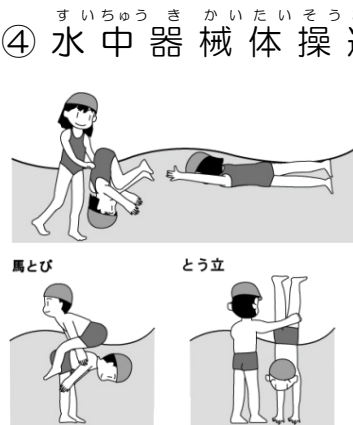
## ② 水入れゲーム

水入れゲーム



- 頭の上のバケツに水を入れよう。
- バケツの中の水を入れられないようににげよう。
- どうしたら水がたくさん入るか考えてやってみよう。

## ④ 水中器械体操遊び



- 2人組になってとう立や、けのびから前転をしてみよう。
- 馬とびをしてみよう。
- できるようになったら、前転だけでなく後転にもチャレンジしてみよう。
- 周りの安全を確かめてからやってみよう。

☆ 水の中では、約束を守って安全に活動しよう。

★★★だれといつどんな遊びをしたか書きましょう★★★

ひつけ 日付							
あそ びの番号							
だれと？							

※ いろいろな遊びに挑戦してみよう！

長崎県子どもの体力向上支援委員会