

【上級編】① 巧技台®「わく」を使ってみよう！

数字にジャンプ！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【空間把握能力】

物との距離感を測る空間把握能力が育まれます。

■この遊びによって得られる主な動き



跳ぶ



のぼる



おりる

マットの上の目標物（数字マーカーや布など）を目がけてジャンプしたくなるような環境を作ってみましょう



見守りのポイント！

・目標物の色や形、大きさなどを工夫すると色々な遊びのバリエーションが考えられます。子どもたちのアイデアを取り入れながら実践してみましょう



レベルアップ

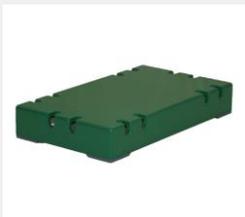
- ・目標物の配置を変えてみましょう
- ・高さを変えてみましょう
- ・忍者になりきって、色々なジャンプや着地にチャレンジしてみましょう



リスク

- ・最下段には跳箱台を使用し、安全ベルトを取付けましょう
- ・高さに応じてマットを使用しましょう
- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



・巧技台® 小わく × 1



・巧技台® 大わく × 1



・巧技台® 跳箱台 × 1



【上級編】 ② 巧技台® 「ビーム」 を使ってみよう！

一本橋で遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

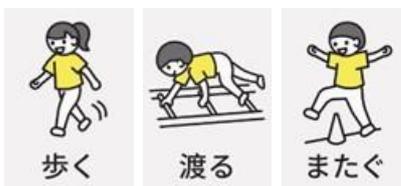
※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【集中力】

自転車の運転や食器運びなどに必要な2つ以上のことを同時に集中する力を育みます。

■この遊びによって得られる主な動き



たいら面のビームを2本ふたにセットします。ビームの上にコーンを置き、当たらないように渡ってみましょう



見守りのポイント！

・コーンの代わりにマーカーコーンやお手玉など（踏んでも壊れないもの）を障害物にしても遊べます。



レベルアップ

※レベルアップの目安は目線がまっすぐ向いたとき！（目線が下に落ちている時は今の遊びを繰り返すと良いです）

- ・コーンの間隔を変えてみましょう
- ・傾斜をつけてみましょう



リスク

- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう
- ・障害物は柔らかいものを使用すると踏んでしまっても安心です

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



・巧技台® ビーム × 2



【上級編】 ③ 巧技台® 「はしご」 を使ってみよう！

魚つかみに挑戦！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【両腕】

体幹力の元となる腕で体を支える力を育みます。

■この遊びによって得られる主な動き



捕る



渡る



のぼる



おりる



はう

写真のように傾斜をつけてはしごをセットし、はしごの下に片手でつかめる大きさのボールを置きます。



見守りのポイント！

魚（ボール）を捕まえる、ボールを持って渡るなど色々な遊びに発展していくのをみんなで楽しんでみましょう



レベルアップ

- ・傾斜をさらにつけてみましょう
- ・ボールの色を指定して捕るゲームをしてみましょう
- ・大きさの違うボールやハンカチなどを混ぜてみましょう



リスク

- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう。
- ・腕で支えきれずに体制が崩れることがあるので、子どもの能力などに合わせて行いましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



・巧技台® 大わく × 1



・巧技台® はしご × 1



【上級編】④ 巧技台®「斜面板」を使ってみよう！

坂道で遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【ボールを捕る力】

ボールを投げたりキャッチする時に必要なボールの軌道を予測する力を育みます。

【巧緻性】

手や指で微調整する力（細かく動かす力）を育みます。

■この遊びによって得られる主な動き



転がす

写真のようにわくに斜面板をセットします。傾斜を使ってボールを転がし、的を狙う遊びです。



見守りのポイント！

・色々な大きさのボールを用意すると、楽しみながらボールの軌道を予測する力が身に付きます。



レベルアップ

・高さを変えてみましょう
・斜面板をビームに変えて、細い所を転がしてみましょう



リスク

・ボールを転がした先に人がいると、踏んで転倒するなどの可能性があります。壁に向かって転がすなど場所を工夫しましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



・巧技台® 大わく × 1

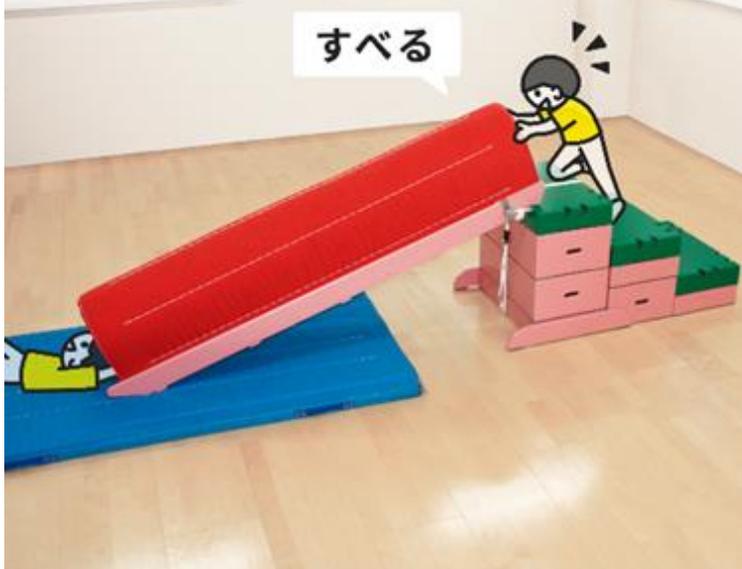


・巧技台® 斜面板 × 1



【上級編】 ⑤ 巧技台®「すべり面」を使ってみよう！

すべり台で遊ぼう！



0歳 1歳 2歳 3歳 4歳 5歳 6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【環境に適応する】

環境に合わせて自分の姿勢や体の動きを変える力を育みます。物にぶつからずに移動する能力につながります。

■この遊びによって得られる主な動き



すべり面にマットをはめてトンネルを作ります。※別途すべり面の作り方を参照してください

すべり台のつくり方



見守りのポイント！

上からくぐり抜けたり、下からくぐり抜けたりと色々な遊びの展開を一緒に楽しみましょう



レベルアップ

- ・高さを変えてみましょう
- ・ボールを転がしてみましょう



リスク

- ・高さに応じてマットを使用しましょう
- ・転倒や転落、すべった先で衝突の可能性があるので適宜マットを使用したり、スペースの確保をしましょう。
- ・必ず「巧技台®安全ベルト」を使用しましょう



■使用している巧技台®



・巧技台®ふた×3



・巧技台®小わく×2



・巧技台®大わく×3



・巧技台®跳箱台×1



・巧技台®すべり面×1



【上級編】 ⑥ 巧技台® 「鉄棒」 を使ってみよう！

鉄棒で遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【社会性】

こどもの想像力と創造力を育みます。

【ボディスキーマ】

自分の体を思い通りに動かす力を育みます。

■この遊びによって得られる主な動き



写真のように鉄棒をセットします。タオルやハンカチなどぶら下げることができるものを用意してみましょう。



見守りのポイント！

ハンカチをかけたあたり当たらないように避けながら進んだり、子どもたちの色々な発想による遊びを楽しみましょう。※巧技台は運動遊びとして使うだけではなく、おままごとなどの遊びの中でも使用できます。子どもの創造力を刺激する目的でも使用してみてください。



レベルアップ

・鉄棒にかけるものを子どもたち自ら探してきたり、段ボールなどの素材を使って、「どの形ならかけられるかな？」と工作したりすると遊びの幅が広がります。



リスク

- ・ぶら下がって遊ぶときに転落の可能性があります。マットを使用しましょう
- ・避けながら進む場合は衝突の可能性があります。初めのうちは動線を確認するなどの工夫をしましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



・巧技台® 小わく × 4



・巧技台® 大わく × 4



・巧技台® 鉄棒 × 1



【上級編】 ⑦ 巧技台® 「バー」 を使ってみよう！

細い一本橋で遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【両腕】

体幹力の元となる腕で体を支える力を育みます。

■この遊びによって得られる主な動き



捕る



渡る



持つ

写真のようにバー2本セットし、下に片手でつかめる大きさのボールを置きます。



見守りのポイント！

魚（ボール）を捕まえる、ボールを持って渡るなど色々な遊びに発展していくのをみんなで楽しんでみましょう



レベルアップ

- ・傾斜をさらにつけてみましょう
- ・捕る魚（ボール）の色を指定してみましょう
- ・大きさの違うボールを混ぜてみましょう



リスク

転倒や転落の可能性があるため、高くする場合は適宜マット等を使用しましょう。

■使用している巧技台®



・巧技台® ふた × 2



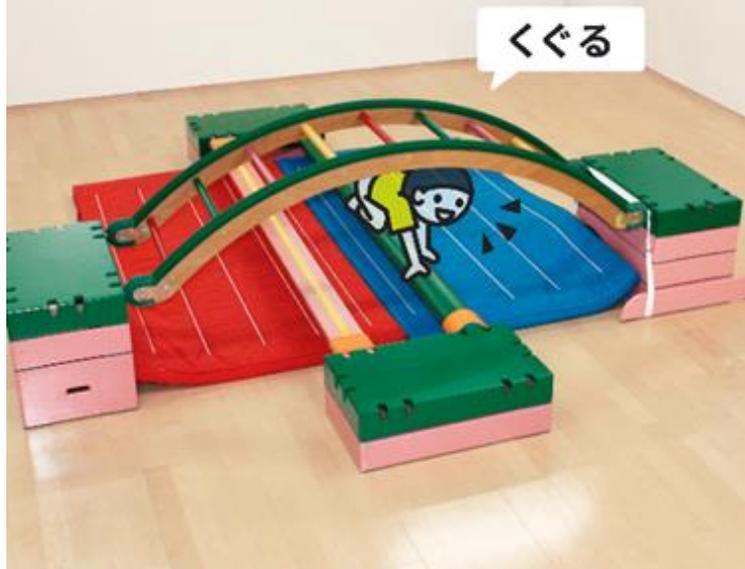
・巧技台® バー × 2



【上級編】 ⑧ 巧技台® 「丸型はしご」 を使ってみよう！

太鼓橋で遊ぼう！

くぐる



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【環境に適応する力】

環境に合わせて自分の姿勢や体の動きを変える力を育みます。物にぶつからずに移動する能力につながります。

■この遊びによって得られる主な動き



丸型はしごをセットし、下にはビームを2本セットします。丸型はしごの上を登る、くぐりながらビームを渡るなどの遊びが考えられます。



見守りのポイント！

色々な遊びができる環境は子どもの想像力を掻き立てます。初めのうちはなるべくルールを決めずにどんな遊びがあるのか見守ってみましょう



レベルアップ

- ・ビームの傾斜を変えてみましょう
- ・ビーム以外のパーツ（はしごやバーなど）も使用してみましょう



リスク

- ・高さに応じてマットを使用しましょう
- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう

■使用している巧技台®



・巧技台®ふた×4



・巧技台®小わく×4



・巧技台®大わく×1



・巧技台®跳箱台×1



・巧技台®ビーム×2



・巧技台®丸型はしご×1



【上級編】 ⑨ サーキットコースを使ってみよう！

コースで遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【身のこなし】

状況に即した体の使い方を瞬時に判断する力を育みます。走り回っている最中に転びそうになったり遊具を避けたりする場面で瞬時に自分の体を使いこなす力に繋がります。

■この遊びによって得られる主な動き



渡る



のぼる



おりる



すべる



くぐる

写真のようなサーキット（360°周回できるような）コースの環境を設定します。
進めるコースを複数作ることによって、自分で選択する楽しみが生まれます
※方向を決めずに遊んでも楽しめます



見守りのポイント！

- ・サーキット以外にも休憩または座って遊べるようなスペースも作りましょう。
- ・「順番を守る」「置いてある用具を動かしてはダメ」というルールを無くしてしましましょう（子どもたちが主体的に問題を解決していくきっかけづくりになります）



レベルアップ

- ・反対周りをしてみましょう
- ・他の運動用具とも組み合わせてみましょう
- ・途中でコースを組み変えてみましょう
- ・年齢や経験に合わせて、一緒にコースを考えたりするとさらに楽しめます。



リスク

- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう
- ・待ち時間ができてしまう場合もあるので、空いている場所に移動しても良いとするなどして工夫をしながら実践してみましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® Cセット



【上級編】 ⑩ アイランド型コースを使ってみよう！

コースで遊ぼう！



0歳

1歳

2歳

3歳

4歳

5歳

6歳

※対象年齢は目安です。子どもたちの能力や様子を見ながら環境を設定しましょう。

はぐくむチカラ

【ボディイメージ】

周りのお友達を見ながら遊ぶことで体の使い方を学んだり、いろんなことに注意を向けながら体を動かす力を育みます。

【自己効力感】

好きな場所を選んで遊ぶ経験は自己効力感を高めるきっかけにもなります。

■この遊びによって得られる主な動き



跳ぶ

のぼる

おりる

すべる

くぐる

アイランド型（中央から360° 広がるような）コースの環境を構成します。公園の複合遊具のように好きなところから登ったり下りたり自由に遊んでみましょう。このコースでは、数字の書いてあるマーカーを散りばめることで、子どもたちの想像力を掻き立てる工夫をしています。



見守りのポイント！

※少ない数のマットで周囲を覆える為、低年齢でも安心して遊びやすいコースです

- ・休憩または座って遊べるようなスペースも作りましょう。
- ・「順番を抜かさない」「置いてある用具を動かしてはダメ」というルールを無くしてみましょう（子どもたちが主体的に問題を解決するきっかけづくりになります）



レベルアップ

・途中でコースを組み変えてみましょう

※年齢や経験に合わせて、一緒にコースを考えたりするとさらに楽しめます。



リスク

- ・高さに応じてマットを使用しましょう
- ・転倒や転落の可能性があるので適宜マット等を使用しましょう

■使用している巧技台®



・巧技台® Bセット

