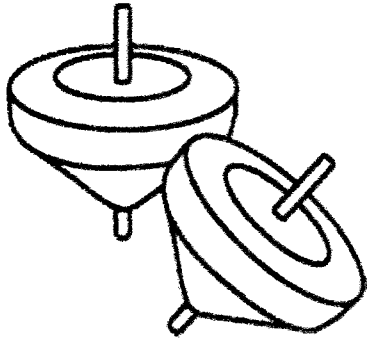
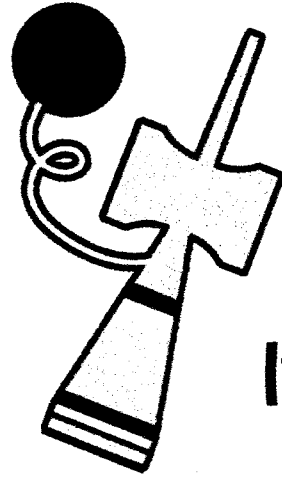


伝承遊び

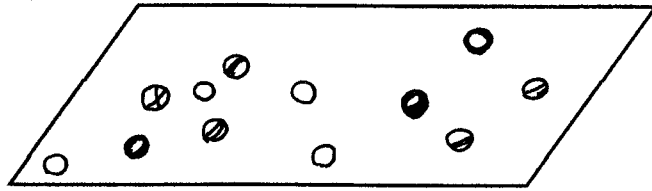
~ 昔から伝わる遊びをもっと楽しく・面白く ~



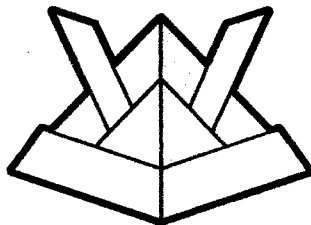
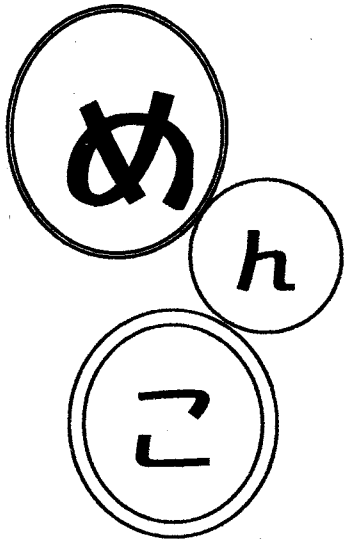
こままわし



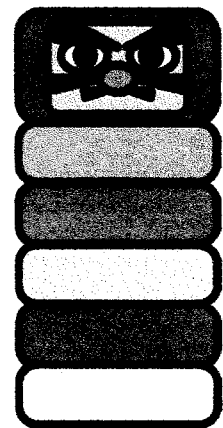
けん玉



おはじき



折り紙・新聞紙



だるまおとし



お手玉



あやとり

昔懐かしいメンコの遊び方

プレイヤー数

2名以上～5・6人まで

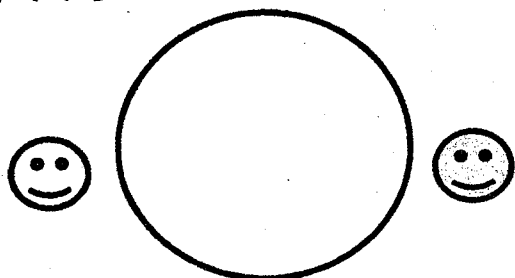
用意するもの

- ・各自、手打ちのメンコ
- ・フィールドを描くためのチョークや紐(棒などで円を描けるような土の上であれば不要)

プレイ概要

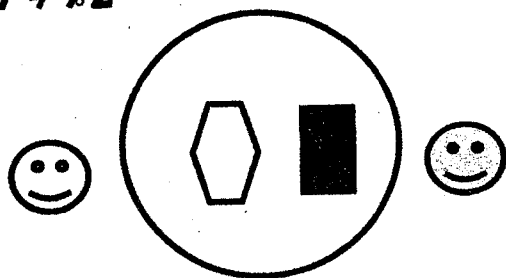
- ・地面に適当な大きさの円を描き、それをフィールドとする。順番にメンコをフィールドの中にたたきつけます。相手のメンコがひっくり返る、フィールドから出るなどすれば勝。相手のメンコをもらえます。

ステップ1



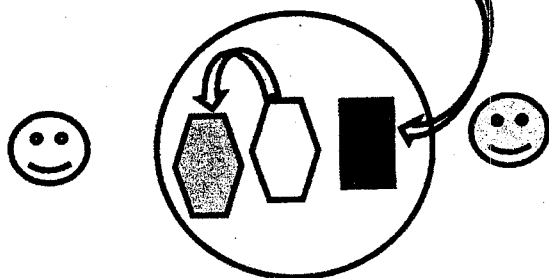
地面に人数に合わせて適当な大きさの円を描きます。円の大きさに綿密な決まりはありませんが、みんなで囲めて、プレイしやすい大きさに設定します。プレイ人数が多くなるとメンコがごちゃごちゃするので、大きめにする。

ステップ2



ジャンケンなどで、順番にフィールドにメンコを打っていきます。

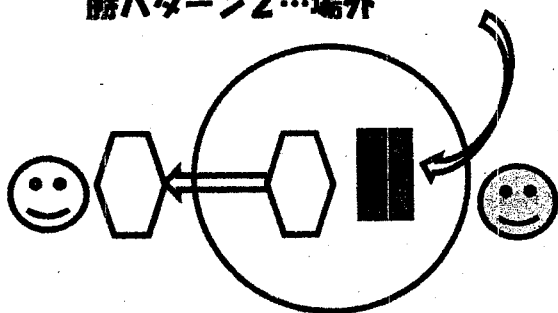
勝パターン1...ひっくり返す



*相手のメンコをひっくり返すのは、代表的なパターンですが、なかなか難しく上級者でないといえませんが、柔道でいう一本勝のようなものです。でも勝つと気持ちがいいです。

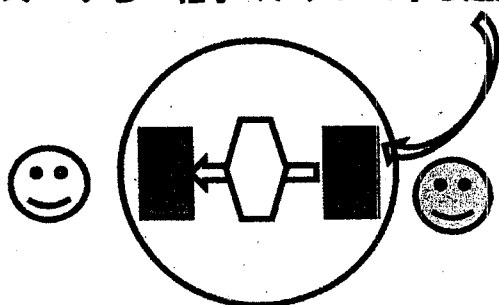
☆ 打ったら風圧で相手のメンコがひっくり返った！！

勝パターン2…場外



- ・打ったら相手のメンコが場外したら勝ちです。
- ☆力強く自分のメンコを狙った相手のメンコをはじき飛ばすように投げつけます。
- ・どの程度で場外にするかは、プレイ中にもめる原因となりますので、ラインに少しでも乗ったら場外とするか、半分以上フィールドから出たら場外とするか、完全にでないダメなのか事前に話し合っておきます。
- ☆実際には、「半分以上フィールドから出たら」が一番多いようです。上級者なら完全場外でOK。

勝パターン3…相手のメンコの下を通過する



- ・打ったら、すべて相手のメンコの下を通過した場合も勝とする場合が多です。
- 室内の床などでプレイしていると、打ったメンコが床をすべて、相手のメンコの下を通過することがあります。
- これも相手のメンコの下で止まった時にどうするのか話し合っておきます。
- ☆上級者なら完全に通過するのがよいと思います。そうでないなら、とりあえず潜り込んだらOKとしてもよいです。

反則

- ・メンコを複数枚貼り合せて強化するのは反則となる場合が多いです。
- ・蠟などをぬる強化や水にぬらすなどのメンコの状態変化は認められる場合があります。

最後に

負けるとメンコは相手にとられるので、真剣にプレイする必要があります。

プレイのコツ

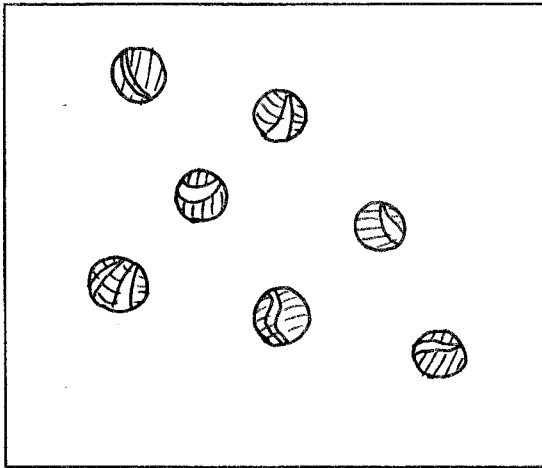
- ・フィールドとなる地面の状態をよく考えることが必要です。教室などでのプレイは滑りやすく、紐で困った場合は場外にはなりにくいです。
- ・凸凹のあるアスファルトや土の地面ではひっくり返すのも狙いやすいので、大きめのメンコで狙うのもいいと思います。

おはじきであそぼう!

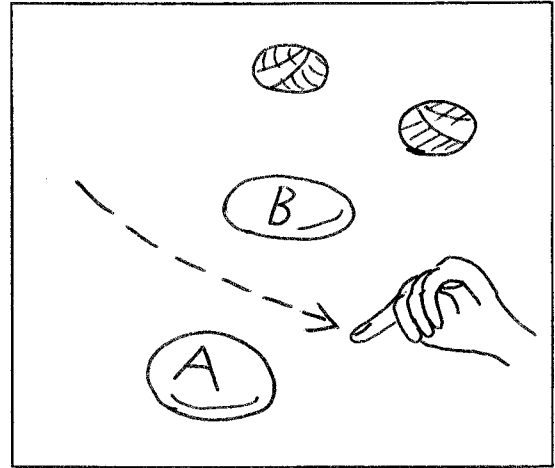
【使うもの】

- ・おはじき (ペットボトルのキャップを洗ってあつめておくと、おはじきのかわりに使うこともできます。)

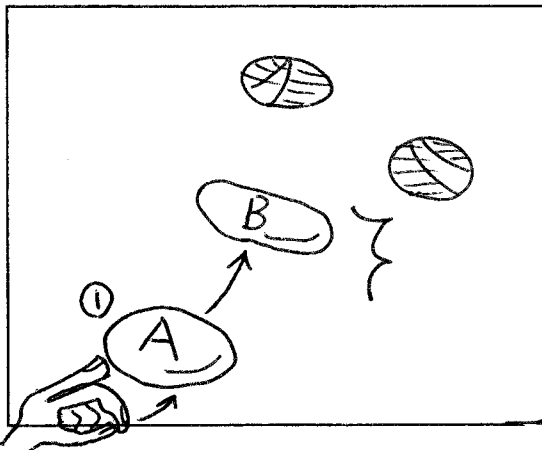
1. おはじきを、重ならないように並べます。
友だちとじゃんけんをして順番を決めましよう。



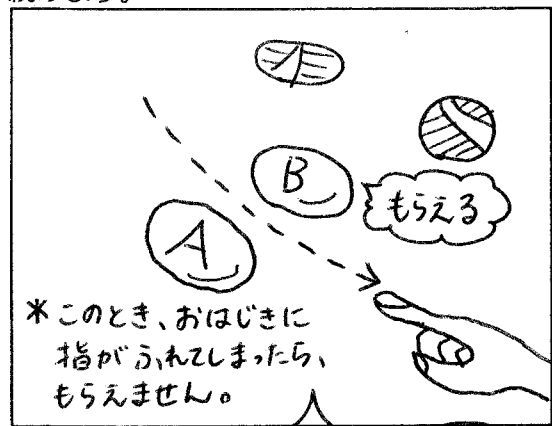
2. 図のように「A」で「B」をねらうとします。
そうしたら、そのAとBの間に小指でスーッと線を引きます。これがAとBをぶつけるという合図になります。



3. そうしたら、いよいよねらいをさだめてAをBにむかってピュンっとはじきます。ぶつけることができたなら、今度はぶつけたAとBの間に人差し指でスーッと線を引きます。



4. おはじきに触らずに線を引くことができたなら、ぶつかったBのおはじきをとることが出来ます。これをおはじきが最後の一つになるまで続けます。



5. おはじきが最後の一つになったときは、目をつぶって人差し指でおはじきの周りをぐるぐるっと回し、最後に指をVの字にして、おはじきをまたぐようにして指をぬきます。おはじきに触らずにこれができたら、もらうことができます。



○慎重になりすぎて、そとぶつけると、おはじきとおはじきの間に指が入らなくなっています。
○あまり勢いがよすぎて、線を引いたおはじき以外にぶつかってしまっても、もらうことはできません。これを「おやつ」といい、おやつになると、今までとったおはじきをすべてもどします。

【中抜き】

1. 片手で散らばらせた「おはじき」の中から、二つ選び、門のようにして一つずつ少し離れた位置に置きます。
2. 出来るだけ多くのおはじきを弾いて門の間を通します。
3. 弾いて通したおはじき同士がぶつかっても良いですが、他のおはじきに触ってしまったらアウトです。
4. これを繰り返していき、たくさんのおはじきを通して、最後に門のおはじき同士を当てます。命中したら、通したおはじきを全部もらうことができます。

(例) ①



AとBを門とすると、その間をおはじきを弾いて通していきます。

②



門をくぐったおはじきと、はじいたおはじきがぶつかるのはOKです。

③



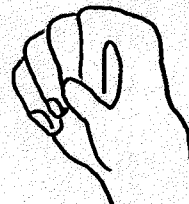
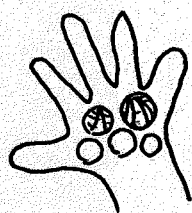
まだ門をくぐっていないおはじきにぶつかるのは、アウトです。

④ 最後に門を打ったAとBをぶつけます。



【おはじきのせ】

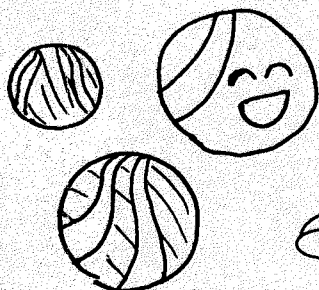
1. まず、手のひらに5~6個くらいのおはじきをもちます。
2. ヒョイっと上に投げて、クルリっと手のひらを返し、手の甲に、乗せることができれば成功です。
3. そしてまたヒョイっと上に投げて、手のひらをクルリと返し、すべてのおはじきをつかみます。これで1回です。何回できるかを競い合ってください。



おはじきを上手にはじくコツ

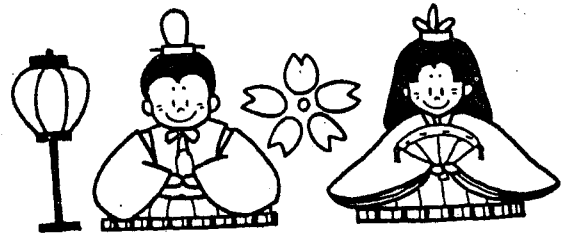
- 机の上など、すべりのよい場所でおこなう。
- あまり指先に力を入れずに軽く弾く。

この遊び方の他にも、丸や星形の図形をかいて、その枠から、はじいたおはじきが出ないようにする遊び方や、地方オリジナルのルールなどもあります。インターネットなどでも「おはじき 遊び方」と検索するといろいろな遊び方を調べることができます。

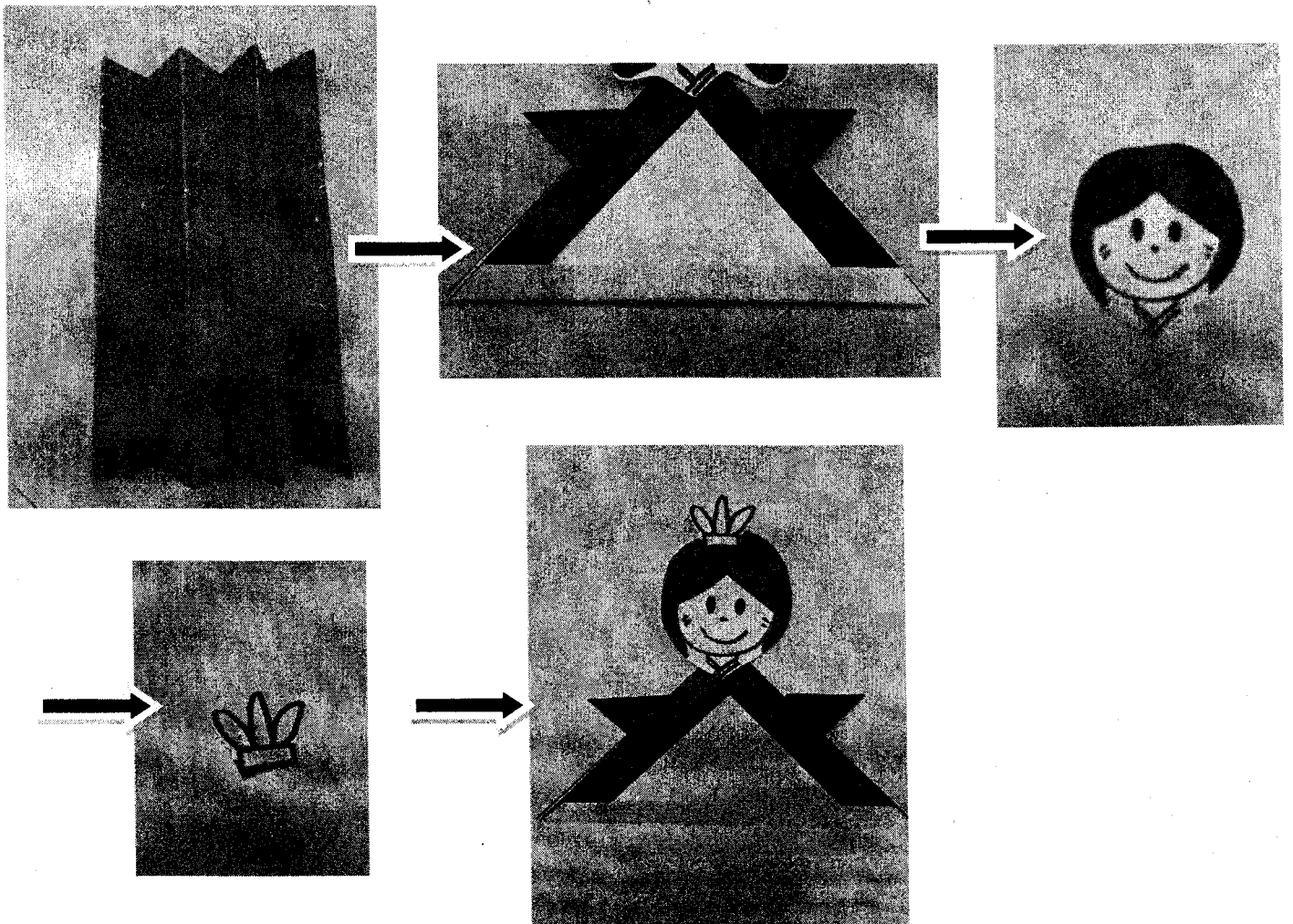


おひなさまを作ろう

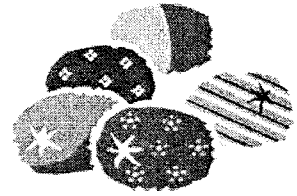
- ①金紙をびょうぶおりにする。
- ②台紙に金紙・和紙・黒紙のじゅんにはる。
- ③おり紙でかぶとを2つ作る。(はる)
- ④顔を作る。(はる)
- ⑤ぼんぼりを作る。(はる)
- ⑥かざりを作る。(はる)
- ⑦リボンを通してできあがり！



かわいいね～！



～お手玉～



お手玉に慣れよう!

玉くずし

- ① お手玉 20 個ほどで山を作り、中央に割りばしを立てる。
- ② お手玉を 1 個ずつ取り、割りばしが倒れたら終わり。
- ③ お手玉を何個取れたかで競う。

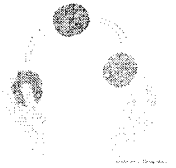
★グループ対抗戦もおもしろい!

★グループごとに山の作り方・崩し方の工夫を考えさせると、自然に話し合いが生まれる!

1つ お手玉

◎はじめに使うお手玉は 1 つです。

- ① お手玉を右手に持つ。
 - ② お手玉を投げ上げる。
 - ③ 落ちてきたお手玉を左手で受ける。
 - ④ 右手を左手より低くかまえ、左手のお手玉を右手の上に落とす。
- ②～④のくりかえし



★慣れてきたらスピードアップ!

★両手で 2 つ、片手で 2 つ、両手で 3 つ (順まわし)、両手で 3 つ (あやまわし) と難易度を上げてチャレンジ!

ジャグリングのことです。

二人であそぼう!

♪線路は続くよ どこまでも

- ① お手玉を右手に 1 つずつ持ち、向かい合う。
- ② 歌に合わせて、相手にお手玉を投げる。
- ③ 相手が投げたお手玉を両手で受け取る。

★慣れたら片手でチャレンジ!

★3 つ、4 つとお手玉を増やすと難易度アップ!

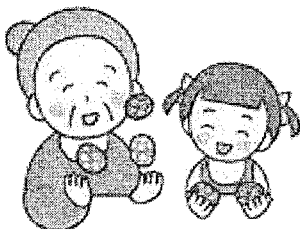
わらべ歌にのせて♪

♪あんたがたどこさ

- ① お手玉を両手に 1 つずつ持ち、向かい合う。
 - ② 歌に合わせて一人で投げる。
 - ③ 「あんたがたどこさ」の「さ」のところで、右手に持ったお手玉を投げる。
 - ④ 相手が投げたお手玉を左手で受け取る。
- ③・④のくりかえし

★慣れたらスピードアップ!

★円になって 3 人、4 人、・・・と人数を増やすのもおもしろい!



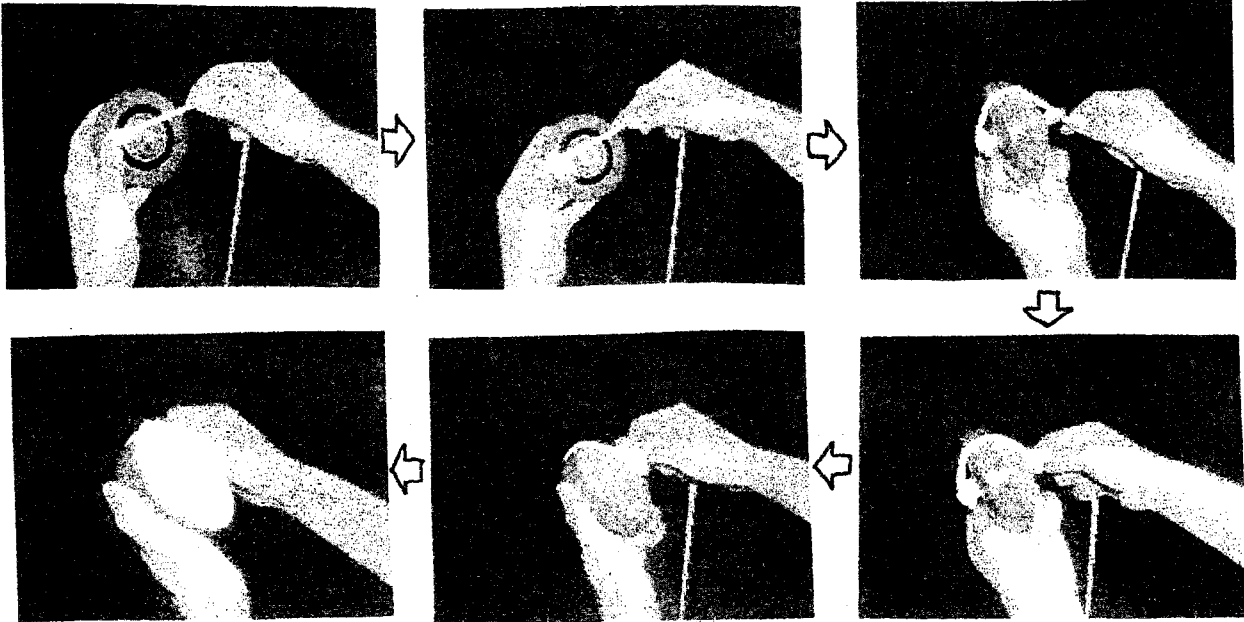
コマの回し方

<上手なコマ回しのポイント>

- 1、最初だけひもをきつく巻く、後は軽く巻く
- 2、肘と手首は固定し真っ直ぐに
- 3、床とコマが水平になるように投げ入れる
- 4、前足を大きく出し、ひざを軽く曲げる
- 5、着地点はひもの長さ分の距離を想定し、床のちょっと上を目標に投げ入れる

<ひもの巻き方>

- 1、コマの上の軸に右巻きでひもを巻く（右巻きは「の」の字で時計の針と同じ巻き方）
- 2、コマの下の軸にきつく引っ張る
- 3、右巻きできつく巻く
- 4、3回くらいきつく巻く（3回以降は、軽く巻く）



<回し方>

- 1、親指をコマの上、人差し指を側面、中指をコマの下に当てる
- 2、左足を前にし、床と水平に「ぶ～ら、ぶ～ら、ぶ」と、切れよく投げる



こま チャレンジカード

めざせ！こまめいじん！！

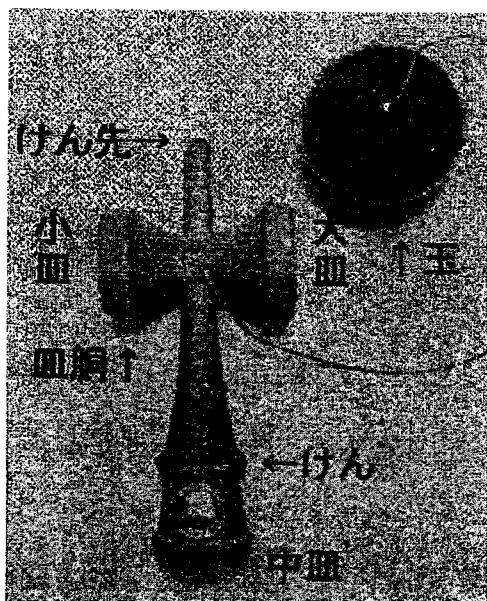
なまえ ()

レベル	わざの名まえ	できた日	見てもらった 人のサイン	おめでとう
レベル1	ひもをかける	月 日		
レベル2	ひもをまく	月 日		
レベル3	しっかりともつ	月 日		
レベル4	こまをまわす	月 日		
レベル5	すくいとり (とじょうすくい)	月 日		
レベル6	ひもかけとり (きんぎょすくい)	月 日		
レベル7	くうちゅう手のせ	月 日		
名人	つなわたり	月 日		



けん玉

○けん玉の各部分の名前



大皿……一番大きな皿です。

小皿……大皿の反対側にある少し小さな皿です。

中皿……けん先の反対側にある皿です。

けん先……けんの棒の部分です。ここに玉の穴をいれます。

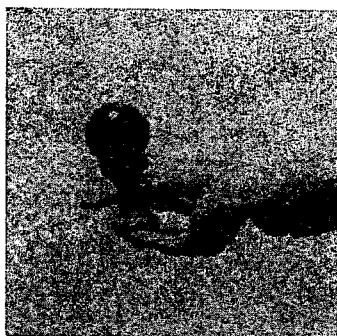
皿胴……大皿と小皿がある鼓型の部分です。

けん……中皿のある長い部分を皿胴に対してけんといいます。主にここを持ちます。

玉……穴のあいた球体です。

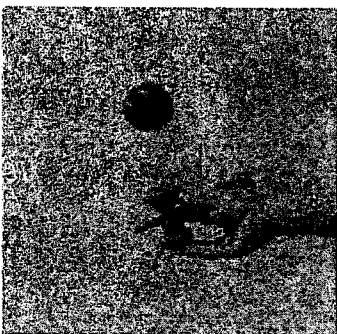
主な技

☆大皿



- (1) 玉を静かに垂らした状態からまっすぐ上にあげる
- (2) 玉の真下に皿を持っていき、ひざを曲げて衝撃を吸収しながら静かにのせる

☆もしかめ



- (1) 手で玉を大皿にのせる
- (2) 玉を小さく上げて中皿に移す
- (3) また大皿に戻す
- (4) 連続して(2)と(3)を繰り返す

けんだま チャレンジカード

めざせ！けんだまめいじん！！

なまえ ()

レベル	わざの名まえ	できた日	見てもらった 人のサイン	おめでとう
レベル1	大ざらに のせる	月 日		
レベル2	小ざらに のせる	月 日		
レベル3	中ざらに のせる	月 日		
レベル4	ろうそく	月 日		
レベル5	大ざら→中ざら	月 日		
レベル6	もしかめ5かい	月 日		
レベル7	もしかめ10かい	月 日		
レベル8	とめけん	月 日		
レベル9	大ざら→小ざら	月 日		
名人	もしかめ1ぼんのうた	月 日		