

LEQ 集団活動プログラム《リズムジャンプ》

タイトル	リズムジャンプ
大ジャンル：	運動
中ジャンル：	リズムジャンプ
小ジャンル：	ジャンプ運動
使う道具：	ラインやテープ
場所	室内
人数	1-
内容	リズム(手拍子)に合わせて、様々な動きでジャンプを行う。

5領域

健康・生活	運動・感覚	認知・行動	言語・コミュニケーション	人間関係・社会性
	○	○		○

【 流れ（20分） 】

時間	内容	児童の予想される行動	支援員の動き
00:00	<p>事前に床にテープなどをはり準備しておく(太めのテープ) 2列作っておく。</p> <p>活動の始まりの挨拶</p> <p>挨拶時には正座をする 「今から活動を始めます。礼。」</p> <p>滑る可能性があるため、靴下を脱いでおく</p> <p>【ルール説明】</p> <p>質問は後から聞く時間を設ける。</p> <p>ラインの前に並んで行う。</p>	<p>挨拶の時には、姿勢を正して聞くことができるか。</p> <p>靴下をきちんとランドセルや自分のポケットの中に入れてあるか。</p> <p>児童同士での私語はないか。</p>	<p>挨拶時は正座ができていなかったり、私語がないか。できていない場合は声かけを行う。</p> <p>靴下をみんな脱いでいるか、またその靴下はなおしているかを確認する。</p> <p>ルール説明はの際には座って聞くように声を掛ける。質問は説明後にしてもらいように伝える。</p>

	<p>1列に並んで、一人一人跳んでもらう。</p> <p>この時に押ししたり、順番を抜かしたりしないことを伝える。</p> <p>(この時にラインの前に並んでもらう)</p> <p>児童たちには、スタッフが指示した動きをしてもらう。</p> <p>この時進行するスタッフは2本のラインとラインの間に立ち、子どもの見えるところで指示を出す。</p> <p>スタッフがお手本を示す。</p> <p>リズムジャンプを始める。</p> <p>スタートの合図としては、スタッフが「5、6、せーの」と列の前にいる児童に指示を出す。</p> <p>合図の掛け声とともに、一定のリズムで手拍子をおこなう。</p> <p>待っている児童は、立って待つておく。</p> <p>順番が来るまでは、一緒に手拍子をしたり、自分の順番が来るまで並んで待つておく。</p>	<p>ラインの前に並ぶ時に私語はないか。</p> <p>押ししたり、抜かしたりしていないか。</p>	<p>どこに行けばいいか迷っている児童がいれば誘導する。</p> <p>私語や押ししたり、抜かしたりしていないか。</p>
07:00	<p>順番に並び、はじめる。</p> <p>基本的に一つのジャンプ動作が終わったら、次のジャンプ動作に移る。</p> <p>児童たちの様子を見て、判断する。</p>	<p>待っている児童が順番を守れているか。</p> <p>順番待ちの時には、壁や窓に寄りかかったり、私語をしたりしていないか。</p> <p>スタッフが種目の説明をしている時は、きちんと聞いているか。</p>	<p>先頭の児童はスタッフの合図を聞いているかの確認。</p> <p>窓や壁に寄りかかったりせずに、手拍子ができているか。</p> <p>次の動作に移る時に、きちんと話を聞いているか、聞けていない子には声をかける。</p>

		途中で諦めていないか。 リズムジャンプを行っている時には、バランスを崩す児童はいないか。	特支の児童には、手を添える等のサポートを行う。 バランスを崩す児童がいれば、手を軽く添えるなどのサポートを行う。
17:00	活動終了、感想	他の児童が話してる時に聞いているか。	今日の活動を振り返り、どのように感じたか児童に聞いていく。 その際に、聞いていない児童には声をかける。
20:00	終わりの挨拶 「これで活動を終わります。礼。」	挨拶時には正座をしてもらう。 正座をしているか、私語をしていないか。	挨拶時には、手はひざの上に置いて待つことができているか。 私語や正座をしていない児童がいる場合は声を掛ける。

【実施のポイント】

- ・一番最初は簡単なジャンプ動作から行い、少しずつ難しくしていく
→「できた」という達成感から、次のステップにつなげるためにも最初は簡単な動作から行う
- ・動作においてのリズム(手拍子)を意識してもらう
→リズム(手拍子)を意識してもらうことによってどのタイミングで、速さで体を動かした方がいいのかを体験し、体で表現してもらう
- ・声掛けをする
→モチベーション維持のため。また、「自分はできる」という自己肯定感を高めていくため

【アレンジパターン】

- 1、音楽をかける
→音楽のリズムに合わせてジャンプ動作を行う。(BPM 110～115くらいのもの)
児童が知っている曲だと、前向きに取り組んでくれる。
- 2、自分が好きな動作を行う

→リズムジャンプの動作になれてきたら、今までのリズムジャンプを組み合わせでライン一本分考えてもらおう。

3、二人組みのアレンジ

→二人組みを作って、今までのリズムジャンプの中でライン一本分考えてもらおう
(二人で一緒に動きしたり、左右を逆にしたり)