

# みんなで遊ぶ 「家族の WA」

## 大きなゴム製の“輪”を使い 家族と家族がふれあって遊びます

「家族で楽しく遊ぶ」「家族と家族が一緒に遊ぶ」——“家族の WA”をテーマにしました。“WA”には、和・輪・話など、たくさんの意味が込められています。手作りの大きなゴム製の“輪”を使って、大人も子どもも一緒にあって遊び、楽しめるプログラムです。“道具を使う”ことと“段階を踏む”ことで、初めて出会った家族同士が自然にふれあって遊べるように工夫しました。

家族と家族がふれあうなかから、いろいろな家族のすがたや子どもが成長する様子をることができます。家族の枠をこえ、みんなで楽しむことで、あらためて人とのつながりや、出会いの大切さを感じてもらいたいと願っています。

### ●最初は“道具”を使わず、歌にあわせて遊びます

最初は、家族ごとに手をつないで作った“輪”で、オリジナルソング『WA!』（裏面に記載）にあわせて遊びます。ゆらゆら揺らしたり、高く持ち上げたり、低いところから手をつないだままジャンプしたり、振り付けがそのまま歌詞になっているので、簡単に覚えて動くことができます。

次に、家族ごとの“輪”をつないで大きくし、遊びを発展させます。“道具”として、全長約 20m のゴム製の“輪”を使います。髪に飾るシュシュと同じつくりで、鮮やかな色にしました。

### ●ゴム製の“輪”を使って、みんなで遊びます

ゴム製の“輪”を全員で手に持ち、大きく広げます。“道具”的な場で、みんなの気持ちもりあがります。

#### □歌に合わせて動く□

家族ごとで遊んだオリジナルソング『WA!』に合わせて、“ゴムの輪”を持ったまま動きます。簡単な動きから始めて、みんなで遊ぶことに慣れていきます。



イラスト：いがき けいこ

#### □ゴムの動きを楽しむ①～なみなみ編～□

“ゴムの輪”を持って全員しゃがみます。「大人」と「こども」、「男の子」と「女の子」など全体がグループに分かれる言葉を選んで、リーダーに呼ばれた人だけが立ち上がります。その都度ゴムの形が、クニャクニヤとユニークな形に変形します。最初は交互に呼び、次第にテンポを速くしていき、子どもの好きなクイックモーションに加え、視覚的にも楽しむことができます。

#### □ゴムの動きを楽しむ②～でこぼこ編～□

“ゴムの輪”を持ってばらばらに手を上下に動かすと、“ゴムの輪”はビヨンビヨンと波のように動きます。大きく動かしたり、小さく動かしたりすると、波も大きくなったり小さくなったりします。



#### □〈ゴム〉の“不思議な動き”がポイント□

〈ゴム〉は、素材自体が伸びたり縮んだりします。力の加えかたによって“不思議な動き”を見せるので、〈ひも〉とはひと味違う活動ができます。〈ひも〉でできる活動を〈ゴム〉を使うことによって、予想を超えた動きが生まれ、遊びの楽しさを何倍にもふくらませます。大人に協力してもらおうと、大きな動きをともなった遊びができます。

音楽のリズムにのることで、躍動感のある動きになります。音楽を演奏する人や道具がなくても、みんなで歌いながら遊ぶことができます。CDで元気の良い音楽を流したり、キーボードの“リズム演奏機能”を使う方法もあります。しっかり音楽を聞きながら動くというよりは、聞こえ

てくる音楽を全身で感じながら動くようにすると、〈ゴム〉の動きもリズミカルに見えて、おもしろさを増します。

“ゴムの輪”を使った、家族と家族がふれあう活動をいくつか行った後に、『WA!』の歌を歌い、みんなで“ゴムの輪”を持つ最初の形に戻ると、活動全体のメリハリになります。

子どもの年齢層や楽しいと感じるポイントによって、遊びは変化します。日ごろから一緒に活動している子ども同士なら、アイディアを出し合って次々にオリジナルの遊びを増やすのも楽しいと思います。動きにアレンジを加えたり、音楽を変えたりして、縦横無尽に遊びを発展させるところが、“音楽ゴム遊び”的魅力です。

## 応用編 “ゴムの輪”で、さまざまに遊ぶ

### □ゴムを伸ばしたり、縮めたり□

“ゴムの輪”を部屋いっぱいに広げます。「セー」のかけ声で、輪を持ったまま円の中心に集まったり広がったり。子どもたちの顔が近づいたり離れたりすると、それだけで笑顔があふれます。集まった時に「こんなにちは」とあいさつをすると、コミュニケーションもふかまります。

後ろに下がる(広がる)時は、転倒したり、ゴムが絡みついたりして危険なので、ジャンプをしながら後ろに下がります。



### □高さに挑戦□

子どもの身長より、少し高い位置で“ゴムの輪”を持ちます。“ゴムの輪”を目がけて、ジャンプ＆タッチ。タッチできるとゴムはビヨヨヘンと揺れます。ぎりぎり届く高さに調節しながら、一定時間に何回タッチできるか、というふうにして遊べます。

### □空飛ぶゴム□

子どもたちは中央に集まってしゃがみ、大人は囲むように広がって“ゴムの輪”を持ちます。手を離すと、ヒュルヒュルッと縮まって子どもたちの方へ。空から降ってきた“ゴムの輪”に大喜び。「もう一回」と“ゴムの輪”を届け、次の“空飛ぶゴム”に備えてしゃがみます。



### □わっかがヘビに!?□

“ゴムの輪”をひも状にして、両端の大人がヘビのようにくねらせます。ヘビの位置が低い時はジャンプで飛び越え、少し高い位置にある時は当たらないようにぐりぬけます。子どもの後は大人の出番。元気な声でお父さんやお

母さんを呼んだり、応援したり、自分と同じ遊びと一緒にできることがうれしそうです。



### □わっかが電車に!?□

子どもたちが“ゴムの輪”に1列になって入り、電車になります。大人は、2人組になってトンネルを作ったり、両端に棒を通した90cm幅ほどの布やフラフープでトンネルを作り、子ども電車の通過を待ちます。布のトンネルを通過する時には、子どもたちの頭に触れるか触れないか程度にゆらしてもらいます。



### □フィナーレ□

最後には、もう一度全員で輪を持ち、歌にあわせて回ったり、集まったり、広がったり。最後に特大ジャンプをして終わります。一緒に遊んできたみんなで“ゴムの輪”を持つと、最初とは少し違う一体感が生まれています。

色を違えた“ゴムの輪”を用意し、複数のグループに分かれ同じ活動をすることもできます。グループに分かれていますが、同じ空間で遊んでいることを意識できます。

### ■ WA! ■

曲・詩：久 弥生

**A C**

わっか わっか みんなでかぞくの わっか わっか  
Am Dm G C F B

わっか みんなでおおきなわ ワッ!  
Em A7 Am/D Am/G Am/G Am/D

なみなみのわっか だんだんちいさくなつて Jump!  
Am/G Am/D Am/G Am/D Dm7 G B F

なつて Jump! まだちいさくなつて Jump!  
G Em A 1.Dm G

ながつた わになつたつ ながつた  
C C7 2.F G

みんなのわ わになつたつ ながつた  
みんなのわ わになつたつ ながつた  
かぞくのわ  
C G C