

～おらほのレクリエーション～ ゲームでもダンスでも可！

☆レク名☆

すてきなおしごと

ゲーム・ダンス

☆わらい・目的・効果☆

みんなで体を動かして緊張をほぐしたり、教え合ったり一緒にしたりして仲良くなれる。

☆説明☆

1本の指でできること チョッ クン ×2 みんなのことを 治していく すぐはお返すね チョッ クン

人差し指を上げてみる うでをさす 上にあげる 右、左とさるあげる 左、右と肩をパチン パチン ぱちんぱちん うでをさす 上にあげる

2本の指でできること チョッ キン ×2 みんなの髪を 切っていく すぐはお返すね チョッ キン

ピースして上をみる 前髪切るくさ 上にあげる (上 と 同 い) 前髪切るくさ 上にあげる

3本の指でできること シヤカシヤカ ×2 みんなのカーズを 作っていく すぐはお返すね シヤカシヤカ

3本に上をみる 左でボウロ、右で泥だて器を作る (上 と 同 い) 左でボウロ、右で泥だて器

4本の指でできること ごくらうさまです ×2 みんなのことを 守っていく すぐはお返すね ごくらうさまです

4本に上をみる けいれい (上 と 同 い) けいれい

5本の指でできること ギョッギョッ ×2 みんなのことを 大騒ぎ すぐはお返すね ギョッギョッ

パーンに上をみる だましめる(2回) (上 と 同 い) だましめる(2回)

☆紹介市町村☆

栗原市

～おらほのレクリエーション～ ゲームでもダンスでも可！

☆レク名☆

じゃんけん列車 (かもつ列車)

ゲーム・ダンス

☆ねらい・目的・効果☆

ゲームのあと円をつくることができる。

☆説明☆

準備物

曲 (CDプレーヤーなど)

ルール

- ① 曲を流し、会場を歩き回る
- ② 曲が止まったら、近くにいる人とじゃんけんをする。
- ③ じゃんけんで負けた人は勝ったほうのうしろにつき、肩をもつ。
- ④ この繰り返し、最後、先頭になった人が勝ち。

↓

ここから、先頭の人を誘導して、円をつくる。

☆紹介市町村☆ 栗原市