

# 家族で遊ぼう 「まるとまる」

家族で遊ぼう「まるとまる」は、手や腕を使って作った〈まる〉を、“落とし穴”に見立てて、そこからいろいろな動物が現れるという遊び。どこでも、かんたんに遊ぶことができ、「次はなんの動物にする？」など、会話をしながらバリエーションをふやしていくこともできます。



## □ “落とし穴”の動物たち□

- ①はじめは、一匹ずつ出します。指導者が「ことりは、ツツツしま〜す」と言って動きを示せば、子どもたちはすぐにまねをしてくれます。みんなに相談して〈動き〉を決めてもいいかもしれません。
- ②しばらく動物の動きを楽しんだら、「ストップ!」で止まり、歌にもどります。
- ③なれてきたら、うさぎ⇒ストップ⇒ことり⇒ストップ⇒うさぎ……というように、一度に何匹もだしてみたり、ライオン⇒ストップ⇒ライオン⇒ストップ……と、同じ動物を何回も繰り返したりします。
- ④動きがあわただしくなると、子どもたちは盛り上がります。
- ⑤最後は、ぞうで、たくさん抱きしめあいます。

## ●動物をイメージした〈動き〉でより楽しいふれあいの場面を作る

親子で手をつないで作った〈まる（落とし穴）〉からは、“いろいろな動物”が出てきます。“いろいろな動物”には、その動物をイメージした〈動き〉をつけました。まねをするだけでなく、互いにふれあえるものにしました。



**ことり** 人差し指をだして小鳥があちこちを走り回るように相手の体のあちこちをチュンチュンつきあいます。

○○○!  
ことり/うさぎ/ライオン/ぞう……

**ぞう** 腕を大きな耳に見立ててギューツと抱きしめあいます。

**ライオン** ライオンの親子がじゃれあうようにくすぐりあいます。

**うさぎ** 手をパーにしてうさぎが元気にジャンプするように互いの手のひらをパチパチとあわせませす。



イラスト：いがき けいこ

# かんたんな歌にあわせて、親子でふれあいながら遊びます

子どもたちは、自分以外の人（親、兄弟姉妹、友だち、大人など）と接することで、さまざまなことを感じとります。遊んでいるうちにけんかになったかと思えば、いつの間にか仲直りしていたり——たくさんのことを身につけていきます。

家族で遊ぼう「まるとまる」は、〈音楽〉や〈歌〉を使って、幅広い年齢の子どもたち、そして親子が、それぞれの方法でふれあいながら楽しく遊ぶ音楽遊びのプログラムです。

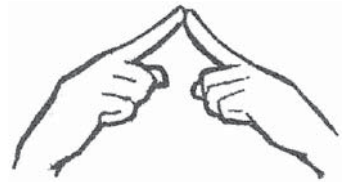
※「まるとまる」の楽譜は裏面にあります。

## ●小さな〈まる〉をちょんちょんちょん——向かい合わせに座って遊びます。

### 小さなまるを チョンチョンチョン



それぞれが、自分の胸の前で手をあわせ小さな〈まる〉を作ります。



右手と左手の人差し指を胸の前で“チョンチョンチョン”とあわせませす。

### 大きなまるを パンパンパン



腕で大きな〈まる〉を作り、



“パンパンパン”で手をパチパチあわせませす。

### 小さなまると大きなまるが 小さな〈まる〉→大きな〈まる〉

### ひとつになったら おとしあな 手をつないで“落とし穴”を作ります。

### なかをのぞいて みてみたら



“落とし穴”をのぞきこみます。



●立ち上がったかたちで遊ぶこともできます  
 〈動き〉を大きくすると、違ったおもしろさが生まれます。

向かい合わせに立って、両手をつなぎます。

小さなまるを トントントン



手をつないだまま体をよせて、小さくなって「トントントン」にあわせて手を上下にゆらしませぬ。

大きなまるを トントントン



手をいっぱいひろげて大きくなります。「トントントン」にあわせて大きく手を上下にゆらします。

小さなまると 大きなまらが

体をよせて小さくなって……  
 ……いっぱい広げて大きくなって

ひとつになったら おとしあな

両手をつないだまま  
 その場でクルクルまわります。

なかをのぞいて みてみたら

つないでいる両手のなかを  
 のぞきこみます。

□いろいろなアレンジしてみよう□

- ①同じ「まるとまる」の歌遊びですが、座って遊ぶのと、立って遊ぶのでは違った〈動き〉を楽しめます。
- ②“いろいろな動物”も、好きなものを選んで、みんなで〈動き〉を考えると楽しいと思います。だっこする〈動き〉なら、「コアラ」と言うのもよいかもかもしれません。
- ③いろいろなアレンジを試してください。

●立って遊ぶときは、〈動き〉もダイナミックに  
 全身を使ってふれあいを楽しみます。

**ことり** 片手をつないで  
 小鳥のように、走り回ります。

**うさぎ** 両方の手をつないだまま  
 たくさんジャンプします。

**ライオン** ライオンにみつからないように  
 大人に抱きしめてもらって  
 体のかげに隠れます。

**ぞう** どのような〈動き〉がよいか  
 考えてみてください。



3人でも遊べます。

赤ちゃんでも  
 指でツツツしたり  
 だっこして  
 ピョンと飛び跳ねるだけで  
 楽しめます。



少人数でも、大人数でも遊べるプログラムです。〈動き〉も、場所にあわせて、小さなものから大きなものまで、さまざまにアレンジすることができます。  
 親子(家族)のふれあいを楽しむだけでなく、まわりの家族の“さまざまなふれあい”を見ることもできます。

■まるとまる■

曲・詩：田中 千菜

C Dm G C

ちい さ な ま る を チョン チョン チョン おお き な ま る を パン パン パン  
 トン トン トン トン トン

C F G C

ちい さ な ま る と おお き な ま る が ひ と つ に な っ た ら お と し あ な

G7

な か を の ぞ い て み て み た ら

※座って行うときと立って行うときでは、〈動き〉が異なるので、立って行う場合は、「チョンチョンチョン」と「パンパンパン」のところを「トントントン」にします。