

みんなが楽しめる
運動あそび集

たくさんのともだちと「おにあそび」をやってみよう！

1 手つなぎおに (人数 10人以上 (偶数) ほかのよびかた 子増やしおに / 増やしおに / 二人おに)

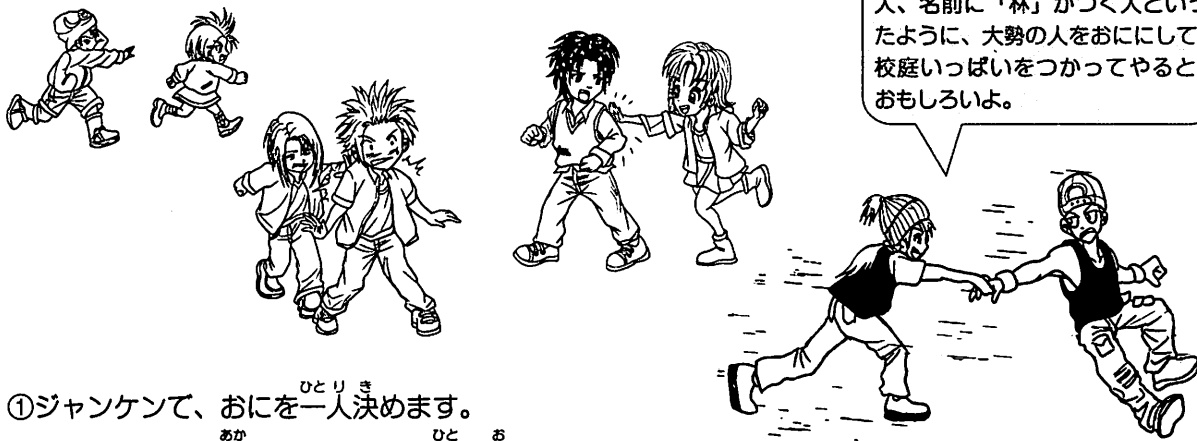


- ①全員が二人組になり、ジャンケンでおにを1組決めます。
- ②おにになった組は、ぼうしを赤にしてかぶり、ほかの組を追いかけます。
- ③おににタッチされたら、2人もおにになり、ぼうしを赤にして、追いかけます。
- ④にげるときに、手をはなしてしまったり、決められたはん囲の外に出してしまったりすると、おにになります。
- ⑤おにの組の手がはなれているときにタッチされてもセーフです。
- ⑥最後まで残った組が、勝ちとなります。

別の遊び方

- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②おには、つかまえた人と手をつないで、2人組、3人組と数を増やしていく。
- ③全員がつかまったら終わり。

2 さわりおに (人数 10~100人くらい)



- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②おにはぼうしを赤にして、ほかの人を追いかけます。
- ③おににタッチされたら、その人もおにになり、ぼうしを赤にして、タッチされたところを手でおさえたまま、ほかの人を追いかけます。
- ④決められたはん囲から出た人も、おにになります。このときは、ひざをおさえて追いかけます。
- ⑤最後までにげ残った人が勝ちとなります。

3 かげふみ (人数5~10人くらい)



おには太陽に向かって
追いかけるとかげをふ
みやすいよ!

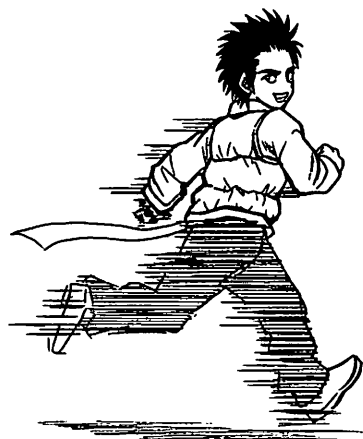


- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②開始の合図で、ほかの人は、おにに影をふまれないようににげます。
- ③おににかげをふまれた人はその場にすわって、おにが交代するまでまちます。
- ④全員がおににかげをふまれたら終わりです。最初にかげをふまれた人が次のおにになり、遊びを続けます。

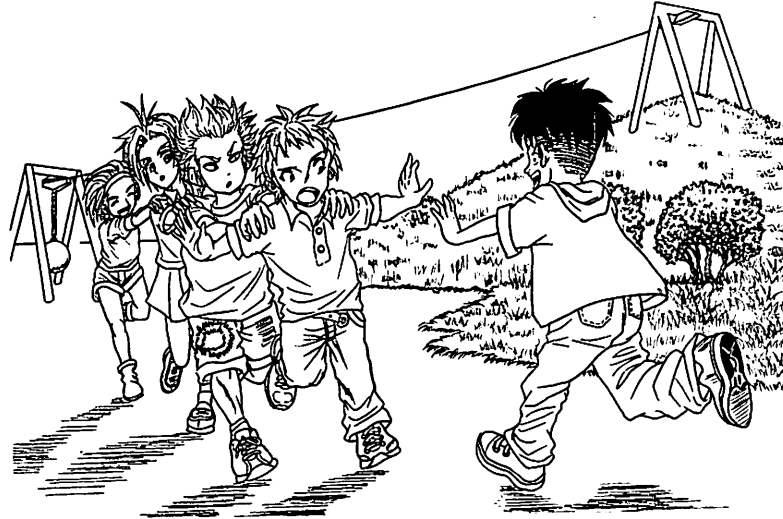
・日かげにかくれたときは、おにが10数える間に、日なたににげなければいけない。

4 しっぽとりおに (人数5~10人くらい)

- ①ビニールひも (もしくは紙テープ) を一人ひもを使う児童の約3m用意し、約30cmくらいズボンの後ろにさし入れる。
- ②1チーム2~3人のおにを決める。おには他チームの者のビニールひもを手で取る。おににひもを取られたら負けになり、おにも他チームの者に取られたら負けとなる。
- ③決められた時間 (2~5分) 内に取ったしっぽ (ひも) の数の多さで勝敗を決める。なお、ゲーム中しっぽを取られた者はゲームの妨げにならない場所で見学する。



5 子取おに (人数) 5~8人くらい ほかのよびかた 子取る子取る/子っ取る/子取る)



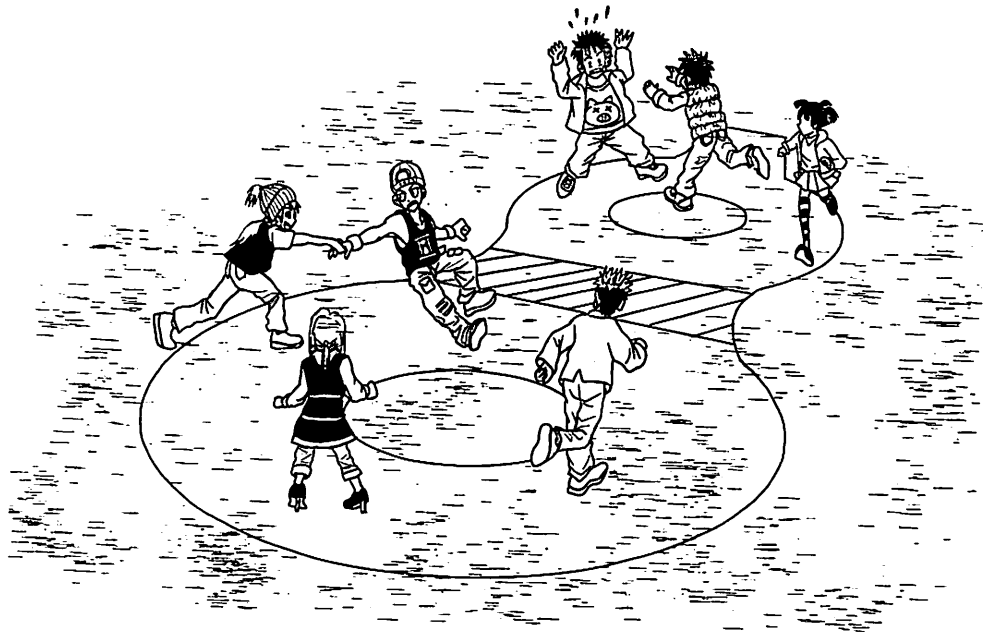
- ①ジャンケンで、おにと親を一人ずつ決めます。
- ②ほかの人は子どもになり、親を先頭にして両手で前の人のかたを持ち、1列につながります。
- ③おには、いちばん後ろの子どものつかまえます。親は、おにが後ろへ行けないように、両手を広げて防ぎます。
- ④いちばん後ろの子どもがおににタッチされたら、親が新しいおにになり、親の次にいた子どもが親になります。おには、いちばん後ろの子どもになって続けます。

6 ヒマワリオに (人数) 10~30人くらい ほかのよびかた ヒマワリ/花おに/花模様/目玉焼き/カメおに/カレーライス



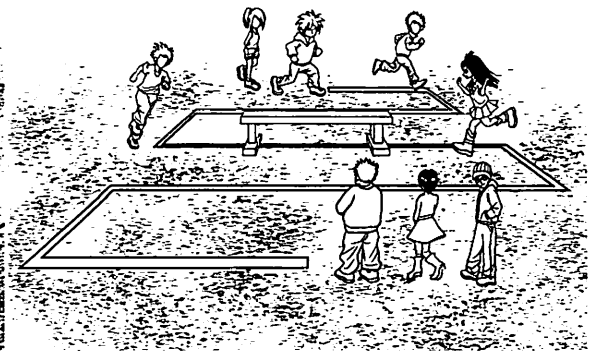
- ①じゃんけんて、2チームに分かれます。
- ②ヒマワリの内側におにチームが入り、もう一方のチームは、ヒマワリの花びらのところに入ります。
- ③開始の合図で、花びらに入ったチームは右回りで5周します。内側にいるおにチームは、回っている人を花びらの外側に押し出します。
- ④1人でも5周きたら、花びらチームの勝ち、全員が花びらの外に押し出されたら、おにチームの勝ちです。勝ちが決まったら、交代します。

7 ひょうたんおに (人数 5人以上)



- ①じゃんけんて、おにを決めます。はじめのおには、2人か3人にします。
- ②ほかの人はひょうたんの中に入り、おには外から中の人にタッチします。
- ③おには、橋と中の島に入ることができます。また、片足だけなら、中にふみこむこともできます。
- ④なかの人は、タッチされると外に出て、おにになります。
- ⑤全員がタッチされたら終わりです。じゃんけんておにを決め直して、遊びを続けます。

8 ヘビおに (人数 10~20人 ほかのよびかた ちんちん山道)



- ①上の図のような線を地面に引きます。
- ②ジャンケンで2チームに分かれ、それぞれのじん地を決めます。
- ③「ヨーイドン」の合図で、1人ずつ自分のじん地から出て、線の上を走り、相手とぶつかったところでジャンケンをします。
- ④勝った人はそのまま走り、負けた人は線から出て、自分のじん地に戻ります。
- ⑤味方が負けると同時に、負けたチームの次の人がじん地からスタートして対戦します。
- ⑥相手のじん地に行き着くと1点となり、点数で勝ち負けを決めます。

11 ポコペン (人数 5~10人)



- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②おには、木やかべなどに向かって立ち、目をつぶります。ほかの人は、おにをつつつく人を一人決め、その人がおにの背中をつつつきます。そのとき、みんなて「ポコペン ポコペン だーれがつつついた ポコペンペン。」と大声で言います。
- ③おにはふり向いて、つついた人を当てます。当たったら、おにを交代します。当たらなかったら、おにはそのまま、木やかべに向かって目をつぶり、100数えます。ほかの人は、その間にかくれます。
- ④おにはみんなをさがし、全員見つけたら、最初に見つけた人とおにを交代して、②から遊びを続けます。全員を見つけれなかったり、気がつかないうちに体をタッチされたりすると、もう一度おにになり、②から遊びを続けます。

12 時計おに (人数 5~10人 ほかのよびかたどっかいき/ミカンおに/ミズイッポ)



- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。おには、後ろ向きで、線のところから石を投げ入れます。
- ②おには、石をアの円にもどし、石の入ったところに書いてある目的地まで行って帰ってきます。その間にほかの人はかくれます。
- ③おにが帰ってきてほかの人をさがしているすきに、「上がり。」と言って石をふんだ人はセーフで、アウトになりません。
- ④おにが見つけた人の名前を言って石をふむと、見つめられた人はアウトになります。おにに見つかっても、おにより先に石をふめばセーフです。
- ⑤全員がアウトになるまで遊びを続け、アウトになったら、最初に出た人が次のおにになります。

9 どこ行き (人数 4~10人 ほかのよびかた 学校まわり/日曜日/どこさか行き/石入れ遊び)



- ①円をかいていくつかに区切り、いろいろな場所の名前を書きます。
- ②ジャンケンで勝った人から、順に石を円に投げ入れます。「休み」に入った人は、どこへも行かないですみます。
- ③全員が投げ終わったら、スタート線に並び、「ヨーイドン」で、自分の石が入ったところを書いてある場所に行って、タッチしてきます。一番早く帰ってきた人が勝ちになります。
- ④石が入らなかった場合は、一番遠くの場所へ行く。

10 かくれんぼ (人数 10人くらい ほかのよびかた バンザイおに)



- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②おには、じん地て目を閉じて100数え、「もういいかい。」と声をかけます。その間にほかの人がくれ、「もういいよ。」と返事をして始まります。
- ③おにはかかっている人を見つけたら、「〇〇さん見つけた。」と言ってじん地に戻ってきます。見つけられた人は、おによりも先にじん地にタッチすると、②からやり直しになります。
- ④おにのすきをみて、「上がり。」と言ってじん地にタッチすると、②からやり直します。3回「上がり」があれば、①からまた始めます。
- ⑤全員が見つかったら、最初に見つけられた人が次のおにになります。

13 たか 高おに (人数 5~10人くらい)



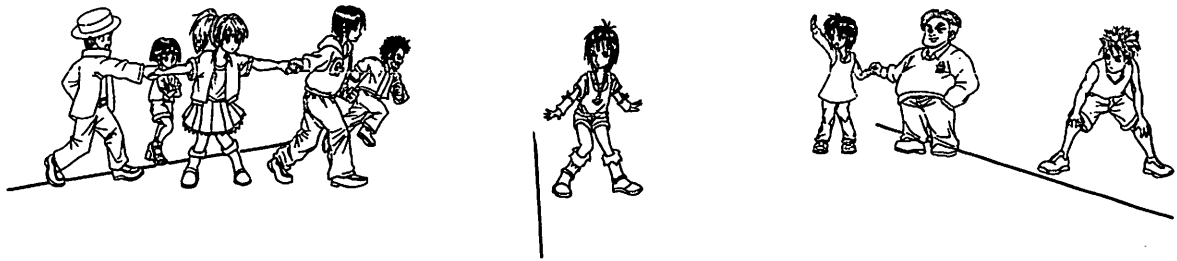
- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②ゲーム開始の合図で、ほかの人は近くの高いところに登ります。
- ③おには、自分より低いところにいる人にはタッチできますが、高いところにいる人にはタッチできません。タッチされた人はおにを交代します。
- ④おにより高いところにいる人も、おにが10数え終わるまでに、ほかのところに移らなければなりません。10数え終わってもその場所にいたときは反則となり、おにを交代します。

14 いし 石になれ ひと 人になれ (人数 5~10人 ほかのよびかた 氷おに / 形おに)



- ①ジャンケンで、おにを一人決めます。
- ②おにはほかの人を追いかけて、「石になれ。」と言ってタッチします。タッチされた人は、タッチされたときの形のままその場で「石」になり、動くことができなくなります。
- ③石になった人は、ほかの人が「人になれ。」と言ってタッチしてくれると、生き返ります。
- ④おにが全員を石にしたら終わりで、最初に石になった人がおにになって、遊びを続けます。

15 ^{ちゅうせん}中線ふみ ^{にんずう}(人数 ^{にんじょう}6人以上 ^{ほかのよびかた}ほかのよびかた ^{ひと}人とり)



- ① ^{うえ}上の^ず図のように ^{ほん}3本の^{なが}長い^{せん}線を^ひ引きます。
- ② ジャンケンで2チームに分かれ、それぞれの^{ちん}じん地を決めます。
- ③ 「ヨーイドン」の^{あいづ}合図で、それぞれ^{ちん}じん地から^{じゆう}自由に出て行き、^{あいて}相手をつかまえます。^{あいて}相手をつかまえることができるのは、^{あいて}相手より^{あと}後から^{ちん}じん地を出たときだけです。
- ④ 自分の^{ちん}じん地には必ず^{ちゅうせん}中線を^ふふんでもどります。
- ⑤ ^{あいて}つかまえられた人は、^{あいて}相手の^{ちん}じん地に^{あし}足を^てつけ、^て手をつないで、^{れつ}1列にならんで^{たす}助けを^{まち}待ちます。
^{あいて}相手チームの人に^{ひと}タッチされる^{まえ}前に、^{みかた}味方の^{だれ}誰かが^{あいて}相手の^{ちん}じん地につながれている^{せんとう}先頭の人に^{ひと}タッチすると、^{ぜんいん}全員が^{たす}助かり、^{ちん}自分の^{ちん}じん地に^{かえ}帰れます。
- ⑥ ^{あいて}相手チームの人に^{ひと}全員をつかまえるか、^き決められた^{じかん}時間内に^{なんにん}何人残っているかで、^{しょうぶ}勝負を^き決めます。