

音 樂

まねっこリズム

対象人数	2人以上
所要時間	10~15分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・様々なりズムに触れることができる ・流れにのってうまく手を打つ

- ① 立っても座っても行うことができる。
- ② 指導者が前に立ち、二拍子、三拍子、四拍子などのリズムを手拍子で打つ。
- ③ 子どもはその真似をして、同じリズムで手拍子する。

(例)



《発展・応用》

- ・最初は短く簡単なリズムから始め、慣れてきたら少しづつ長く難しいリズムの手拍子にしていく。
- ・手拍子の速さも変化させる（速く・ゆっくり）と、より難しくなる。

落ちた落ちた

対象人数	2人以上
所要時間	10分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・楽しく手遊びをすることができる ・リズムに合わせて体を動かしたり、手遊びをしたりする

- ① 指導者が「落～ちた落ちた」と言う。
- ② 子どもは「何が落ちた」と聞き返す。
- ③ 落ちたものによって子どもにポーズをしてもらう。

(例) 「げんこつ！」(子どもは両手を頭にのせる)
 「かみなり！」(子どもはおへそを両手でおさえる)
 「りんご！」(子どもは両手で落ちてきたりんごを受けるポーズ)

★落ちるもの順番を変えて慣れるまで数回やる。

その後、指導者は言葉と違う動作をする。

例えば、「かみなり！」の時に両手を頭にのせる。本当は「おへそを両手でおさえる」なので、子どもがつられてまちがえてしまう。

また「フライパン！」など例にないものの名前を言う。例にないものの時は「動いてはいけない」というルールにしておく。

<その他、落ちてくるものの例>

「天井」(両手を上にあげて天井をおさえるポーズ)
 「流れ星」(両手を合わせる)
 「あめ玉」(上を向いて口を開ける)

《発展・応用》

- ・まちがった子どもはその場に座るというルールを付け加えると、さらに集中しておもしろくなる。
- ・子どもたちと相談して、動作を増やしていくと楽しい。

とんとんとんとん ひげじいさん

対象人数	2人以上
所要時間	5分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・手遊び歌に親しむ ・速さや歌詞を変えて、歌を楽しむ



トントン

とんとんとんとん ひげじいさん

作詞者 不明
玉山 英光 作曲

トン トン トン トン ひ げ ジ い さん



トン トン トン トン こ ぶ ジ い さん



トン トン トン トン て ん ぐ さ ん



トン トン トン トン め が ね さ ん



トン トン トン トン て は う え に



キラ キラ キラ キラ て は お ひ ざ



ひげじいさん



こぶじいさん



てんぐさん



めがねさん



てはうえに



てはおひざ

日本音楽著作権協会（出）許諾第0809418-801号

《発展・応用》

- ・「ひげじいさん」の言葉や動作を変えても楽しい。
- ・歌や動作に慣れてきた頃に、どんどん速くしていっても楽しい。

一丁目のどらねこ

対象人数	2人以上
所要時間	5分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・歌に合わせて指遊びを楽しむ ・遊びに親しむ

いっちょうめのどらねこ

阿部 直美 作詞
作曲

1 ちょうめ の ド ラ ネ コ 2 ちょうめ の ク ロ ネ コ
3 ちょうめ の ミ ケ ネ コ 4 ちょうめ の ト ラ ネ コ
5 ちょうめ の ネ ズ ミ は お い か け ら れ て
あ わ て て に げ こ む あ な の な か ニ ャ オ

- ①1丁目のドラねこ ②2丁目のクロねこ ③3丁目のミケねこ ④4丁目のトラねこ ⑤5丁目のねずみは



- ⑥おいかけられて ⑦あわててにげこむ ⑧あなたのなか ⑨ニヤオー



日本音楽著作権協会（出）許諾第0809418-801号

《発展・応用》

- ・「どらねこ」の部分の歌詞を考え、替え歌にして楽しむ活動も考えられる。
- ・1丁目から5丁目まで進んだ後、5丁目から1丁目まで巻き戻して歌うのも楽しい。

やおやのお店

対象人数	2人以上
所要時間	15分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・仲間と音楽にのって楽しむことができる ・リズムに合わせて体を動かしたり、言葉を言ったりする

- ① 立っても座っても行うことができる。
- ② 歌を歌い、最後のところをいろんな野菜の名前を入れて遊んでいく。

やおやの おみせ

(V) 作詞者不明
シマダ ナオミ 詞詩
フランス民謡

(Fine) (おわり)

や お や の おみせにならん だし なも の み て ご らん

(V) (一人) (みんな) (はじめに
もどる)

よ く み て ご らん かんがえ て ご らん か ぼ ち ゃ か ぼ ち ゃ あ

D.C.

日本音楽著作権協会（出）許諾第 0809418 - 801 号

★ 2回目からは「かぼちゃ、かぼちゃ、ごぼう、ごぼう…」のように、1つずつ野菜を増やして歌っていく。

例)

ニンジン カボチャ タマネギ ナガネギ トマト ゴボウ キャベツ



タケノコ ニンニク ピーマン カイワレ キュウリ ジャガイモ サトイモ カブ



ダイコン ハクサイ ナス ホウレンソウ モヤシ



… など

《発展・応用》

- ・低学年など記憶するのが難しい場合には、黒板に書く、野菜カードやおままごとの野菜を置いておくなど、目で見て答えられるような工夫も考えられる。
- ・野菜の他、ジュース、果物などでもできる。

グーチョキパー

対象人数	2人以上
所要時間	5~10分
準備するもの	なし
ねらい・効果	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しく手遊びをすることができる ・リズムに合わせて体を動かしたり、手遊びをしたりする

☆歌を歌い、いろんな遊び方をする。

(歌詞) グーチョキパーで グーチョキパーで (グーチョキパーをする)
 なにつくろう なにつくろう (両手を左右にふる)
 右手はグーで 左手はチョキで
 かたつむり～ かたつむり～ (右手と左手を合わせる)

☆後半部分をいろいろ変える。

- ・右手はグーで 左手もグーで かたたたき～
 (かたたたきをする)
- ・右手はパーで 左手もパーで サンドイッチ～
 (両手を合わせる)
- ・右手はグーで 左手はパーで ヘリコプター
 (グーの上でパーを回す)
- ・右手はチョキで 左手はパーで スパゲッティー
 (パーをお皿にして食べるまね)
- ・右手はチョキで 左手もチョキで かにさんよ～
 (両手をカニのはさみのように)
- ・右手はパーで 左手もパーで ペンギンさん～
 (両手を腰の辺りに付けて、手のひらを下にする)



《発展・応用》

- ・楽器(鈴やタンバリンなど)を使ってリズムをとることもできる。
- ・速さに変化をつけて(ゆっくり、速くなど)やってみると盛り上がる。
- ・子どもたちにオリジナルなものを考えさせることで、それをクイズとして発表することもできる。

小さな畑

対象人数	2人以上
所要時間	10分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・仲間と音楽にのって楽しむことができる ・リズムに合わせて手遊びをする

- ① 立っても座っても行うことができる。
- ② 歌に合わせて手遊びをしていく。

小さな畑

福尾 野歩 作詞
アメリカ民謡



ちいさなはたけを たがやして ちいさなたねを まきました



ズンズンズンズン めがのびて はなが さきまし た ポッ

日本音楽著作権協会（出）許諾第 0809418 - 801 号

「小さな畑を」 目の前に両手人差し指で長方形をかく。

「たがやして」 くわを持って2回耕す。

「小さな種を」 手に小さな種を持つ。

「まきました」 左右にまく。

「ズンズンズンズン」 両手でつぼみを作り、上に伸びる。

「めがのびて」 両手をぱあっと開く。

「花がさきました」 もう一回両手でつぼみを作る。

「ポッ」 両手をポッと開く。

《発展・応用》

- ・「小さな」の部分をいろいろ変えて歌う。
(例) 「中ぐらいの」「大きな」「どでかい」「さんの」「おこった」「ねむたい」「いいかげんな」「いそいだ」「ないてる」「わらった」など

たまご

対象人数	2人以上
所要時間	5分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・歌に合わせて振り付けをして楽しむ ・遊びに親しむ

たまご

作者不詳
木島 始 訳詞

1.たまごたまごがバチンとわれて
2.かあさんどりのーはねのしたから
3.おおきいおそらがまぶしくてーー

なかからひよこが
くびだけだしてー
まあるいおめめが



ピヨ ピヨ ピヨ ま あかわいい ピヨ ピヨ ピヨ
ピヨ ピヨ ピヨ ま あかわいい ピヨ ピヨ ピヨ
クリッ クリッ クリッ ま あかわいい クリッ クリッ クリッ

①たまご たまごが

②バチンとわれて

③なかからひよこが

④ピヨ ピヨ ピヨ



⑤まあ かわいい

⑥ピヨ ピヨ ピヨ



日本音楽著作権協会（出）許諾第0809418-801号

《発展・応用》

・「ひよこ」の歌詞をほかの動物に変えて、振り付けを考えても楽しい。

(例) 「ゴジラ」「ミニラ」「モスラ」など

今年のぼたん

対象人数	5人以上
所要時間	5~15分
準備するもの	なし
ねらい・効果	・わらべうたに親しみ、歌に動作をつけて楽しむ ・鬼と逃げる側の言葉の掛け合いを楽しみながら遊ぶ

《遊び方》

- ・遊び方を覚える。
- 歌「今年のぼたん」

今年の ぼたんは、 よいぼたん。 お耳をからげて すっぽんぽん。
 ソラ ♪ シ ♪ シ ラソ ♪ ミレ ↑ レ ♪ シラ ソラ ラララソ ♪ ミミミレ ミ↑ラ ラ
 もひとつからげて すっぽんぽん
 ラララソミミミレ ミ↑ラ ラ

鬼	その他
入れて どうして 山へ連れていくてあげるから入れて 海へ連れて行ってあげるから入れて 川へ連れて行ってあげるから入れて 入れてくれないと棒でぶつぞ 大きいの (振り返って) わたし? (振り返って) わたし? (振り返って) わたし? 「そう」と言わされたら追いかける	いや どうしても 山坊主がでるからいや 海坊主がでるからいや 川坊主がでるからいや 大きいの? 小さいの? じゃあ入れてあげる (鬼のあとをつけて歌う) 誰かさんの後ろに蛇がいる。 ちがう 誰かさんの後ろに蛇がいる。 ちがう (3回繰り返したら) そう! きゃあー

日本音楽著作権協会（出）許諾第0809418-801号

《発展・応用》

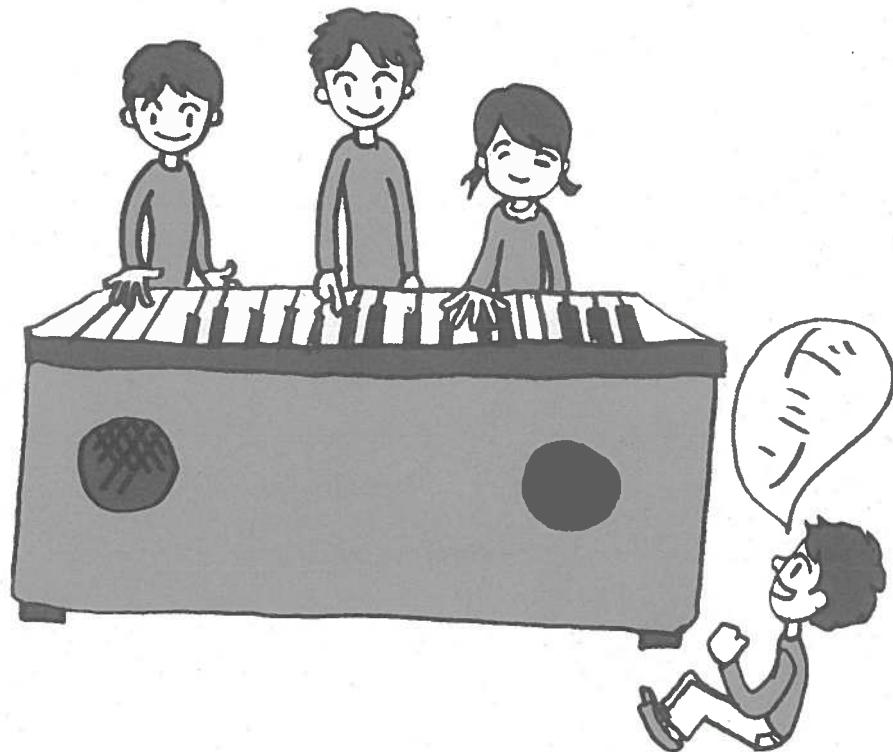
- 使える時間に合わせて、海坊主・山坊主・川坊主の言葉を変えて遊ぶこともできる

和音当てクイズ

対象人数	3人以上
所要時間	5分
準備するもの	和音の出る楽器（オルガン、鍵盤ハーモニカなど）
ねらい・効果	<ul style="list-style-type: none"> ・音に集中し、音階を当てることを楽しむ ・音楽に興味をもち、音を聞き分ける力を育てる

《遊び方》

- 音を出す役の人が、3人同時に音を出す（1人1音）。
- 聴いている子どもが、何の音か当てる。



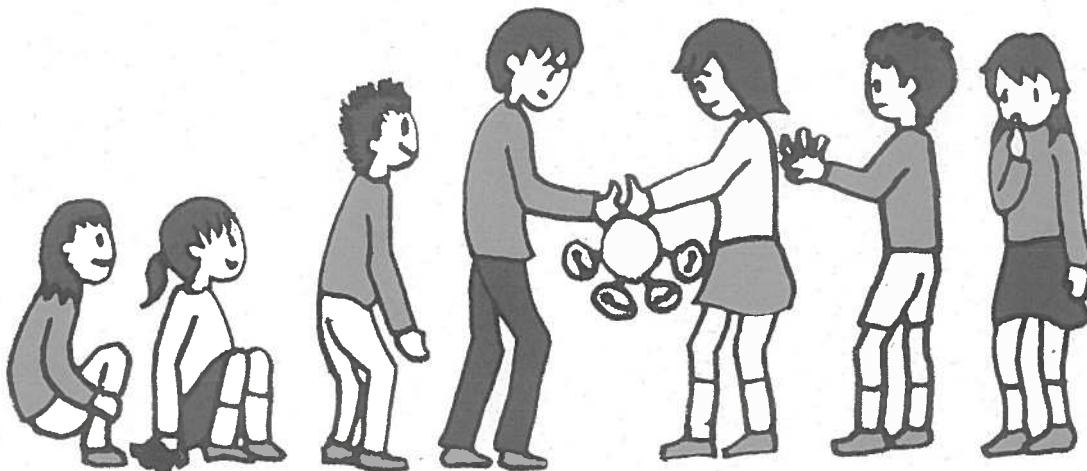
《発展・応用》

- ・難しいようなら、ヒントとして1音ずつゆっくり弾く。
- ・短い歌を同時に歌い、歌の名前を当てる活動も考えられる。
- （例）チューリップ & ぞうさん & きらきらぼし
- ・音を出す速さをいろいろ変えてみても楽しい。

鈴のリレー

対象人数	10~50人
所要時間	15分
準備するもの	リングベル(鈴)を数個
ねらい・効果	・仲間と気持ちを合わせる意識が生まれる ・かすかな音に注目し、よく聴き取る

- ① 子どもたちは、同じ人数ずつの何列かに分かれて並んで立つ。
- ② 先頭の子どもは、鈴を一個持つ。
- ③ 指導者が小さな声で「スタート！」と言ったら、先頭の人はできるだけ音を出さないように細心の注意をはらって、鈴を次の人に手渡す。手渡したらその場に座る。
- ④ 同様にして最後の人まで順に鈴を渡していく。この時、わざと鈴を鳴らしたり、落として大きな音を立てたり、おしゃべりをした列は失格ということにしておく。一番速く最後の人に鈴が手渡され、全員が座った列が勝ち。
- ⑤ 反対方向でもやってみる。最後だった人が最初になる。また、円になったり、並び順を変えたりして遊ぶことができる。



《発展・応用》

以下のようにルールを変更する。

その①・鈴を鳴らしたら、ゆっくり5秒数えて次の人に渡す。速く着いた列が勝ち。

その②・鈴を鳴らしても最後までそのまま渡し、タイムを計る。

鈴を鳴らした人×プラス5秒でタイムに加算する。

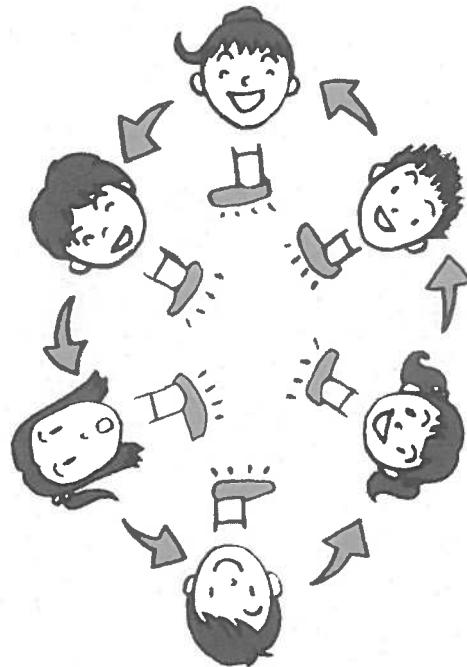
秒数が少ない方が勝ち。

手拍子リレー

対象人数	10~50人
所要時間	15~20分
準備するもの	なし
ねらい・効果	<ul style="list-style-type: none"> ・誰の番なのか注目し、自分の順番を把握して次の人にリレーする ・速さの変化を感じ取り、流れにうまくのって手を打つ

- ① 立っても座っても行うことができる。全員が内側を向いた円になる。
- ② スタートの子どもと手拍子を回す方向（右回りが左回りか）を決める。
- ③ ひとり一発ずつ、順に手を打ってリレーしていく。よそ見などをしていると、自分の番が来ているのに気付かず、流れを止めてしまうので、今、誰が手を打っているのかをしっかり目で追っていくようとする。
- ④ 手拍子をうまく一周させられるようになったら、一周で終わらせらず、何周も回してみる。
- ⑤ 反対回し（ずっと右回りだったら、左回りに）もやってみる。

- ★ 人数が多すぎるとなかなか回ってこないので、スリルがなく、ついおしゃべりしたりよそ見をしたりして、自分の番を忘れてしまう子どもが出てくる。低学年が多い場合は、グループを分けるなどして、人数を少なめにした方がよい。
- ★ スタートの人は、慣れるまでは指導者が行った方がよい。



《発展・応用》

- ・反対回しもできたら、両側から回すこともできる。
- ・回す速さを変える。ゆっくり→だんだん速くしてみる。
- ・手拍子に慣れたら、足踏みでもやってみる。

集まれ○人！

対象人数	10~50人
所要時間	15分
準備するもの	ばち等、音の切れがよい打楽器
ねらい・効果	・遊びの中で関わりが生まれる ・音が鳴り続いているか、いつ消えるかに注意してよく音を聞く

- ① 子どもたちはフロアにばらばらに立つ。
- ② 指導者は音の切れのよい打楽器を使って、子どもたちが歩くのにちょうどよい速さで拍打ちをする。子どもたちはその速さに合わせて、フロアを自由に歩き回る。
- ③ 指導者が拍打ちを止め、音が聞こえなくなったら、歩くのを止めてその場に止まる。
- ④ しばらくしたら、また拍打ちを始める。そうすると、子どもたちはまた歩く。これを繰り返す。
- ⑤ 今度は、拍打ちを止めるときに指導者が「3人！」や「5人！」というように、適当な人数を大声で言う。子どもたちは、誰でもいいので近くの人と急いで手をつなぎ、言われた人数のグループになる。言わされた人数のグループになれたら、しゃがむ。半端な人数だったら、残念ということになる。
- ⑥ 指導者は、人数をいろいろ変えて⑤を繰り返し行う。

★ 偶然手をつなぐことで、いろいろな人に親しみを感じることができる。



★ 子どもたちが歩き回ることができる広さがあるとよい。

《発展・応用》

- ・「○人！」というかけ声を「野球チームの人数！」などと少し考えるものにしたりするとお互いに声かけをして関わりをもつことができる。
- ・「○人！」というかけ声を違う楽器の叩く回数(拍打ちやホイップル)で行うと楽しみが広がる。

あんたがたどこさ

対象人数	5人以上
所要時間	20分
準備するもの	なし
ねらい・効果	<ul style="list-style-type: none"> ・仲間と音楽にのって楽しむことができる ・リズムに合わせて体を動かしたり、手拍子したりする

☆歌を歌い、いろんな遊び方をする。

(歌詞) あんたがたどこさ ひごさ
 ひごどこさ くまもとさ
 くまもとどこさ せんばさ
 せんばやまには たぬきがおってさ
 それをりょうしが てっぽうでうってさ
 にてさ やいてさ くってさ
 それを このはで ちょいと かくせ



日本音楽著作権協会（出）許諾第0809418-801号

遊び方①<ジャンプ遊び>

全員中向きの円陣をつくり、手をつなぐ。歌いながら左へギャロップしていきますが、歌詞の中の「さ」のところだけは、右にとぶ。

遊び方②<拍子遊び>

みんなで歌いながら「さ」のときだけ手拍子を打ち、ほかのところは手拍子をしないようにする。

遊び方③<拍子遊び>

手拍子しながら歌い、「さ」のときだけ手拍子を打たない。

遊び方④<歌詞抜き>

「さ」抜きで歌う。

《発展・応用》

歌の速さを変えたり、動きを小さくする・大きくする、強弱を変えたりするなどで、より樂しくなる。

ハンドサインで歌おう

対象人数	2人以上
所要時間	10分
準備するもの	なし
ねらい・効果	仲間と音楽にのって楽しむことができる ・歌うだけではなく、手を使って音を表す

☆ 簡単な歌を以下のハンドサインを使いながら、歌う。

読み方	ハンドサイン	音	読み方	ハンドサイン	音
ド		ド	ソ		ソ
レ		レ	ラ		ラ
ミ		ミ	ティ		シ
ファ		ファ			

(例) 「かえるのうた」

ドレミファミレド ミファソラソファミ
ドドドド ドドレレミミファファミレド

「チューリップ」

ドレミ ドレミ ソミレドレミレ
ドレミ ドレミ ソミレドレミド
ソソミソララソ ミミレレド

「ロンドン橋」

ソラソファミファソ レミファ ミファン
ソラソファミファソ レーソーミド

《発展・応用》

・友達と追いかけっこで歌ったり、速さを変えたりして歌うこともできる。