

はしって遊ぶ 子どもは自然に走りだす

子どもたちは、身体を作るための重要な運動として、本能的に走ろうとします。逃げても追いかけても、クタクタになっても叱られても、走るのはやめられません。



いろいろな伝承あそび

1 ケイドロ

捕まえるチーム（警察）と、逃げるチーム（泥棒）に分かれて遊ぶ、オニごっこの団体戦のようなあそび。集団で遊ぶため一般的にオニごっこの範囲より広くエリアをとる傾向があり、見つからないように警察が守る拠点（牢屋）に近づく「かくれんぼ」的な要素もある。地域や年代によって呼び名がいろいろあるのも特徴。

【検索：どろけい、どろじゅん、じゅんどろ、どろたん、たんぬす】

2 ろくむし

ゴムボールを使った三角ベースのようなあそび。攻撃側と守備側に分かれ、円（塁）を2つか3つかく。守備側の誰か（投手）が下から投げたゴムボールを攻撃側はゴロで打つ。走塁中にボールを当てられるとアウト。攻撃側は円の中だと安全だが、すきをつけて常に塁間を往復（周回）し、そのたび「いちむし」「にむし」と数える。攻撃側が円の中に留まると、守備側は2人が塁間でキャッチボールを始める。守備側が「ろくむし」と数えるまでに円を出ないと、安全でなくなるので、走りだす。塁は2つで、バッティングはなく、最初から守備側のキャッチボールでスタートするというタイプもある。

【検索：ろくもうす、ロックン、ろくもじ】

3 どこいき

円を地面にかいて、中心から何本かの線で区切り、その中に近くのいろいろな場所や目印（公園なら「砂場」「ブランコ」「すべり台」など）をかいておく。少し離れた所から順番に石を投げ、最後の人が投げ終わったら一斉に自分の石が入った場所に走って、タッチして最初に戻ってきた人から順位をつけるあそび。

4 かけっこリレー

シンプルに足の速さを競う。みんなが楽しめるように、足の速さに応じたグループを組んで実力の偏りができないようにするなど、集団の社会性を育む要素もある。

5 だるまさんがころんだ

目を伏せたオニに向かって、気づかれないように近づいていく。オニは10音の合言葉「だるまさんがころんだ」をと覚えて、最後の「だ」で振り向く。振り向いたオニに動いているところを見つけた子は、オニに捕まってしまう。子が全員捕まったらオニが交代する。捕まらずオニの背中にタッチしたら、オニが10を数える間に、全力でオニから遠ざかる。10数え終わったところで立ち止まり、子がオニに「おおまたで△歩」などの指示を出し、移動してきたオニにタッチされたら、その人がオニになる。

<地域や年代に応じてさまざまなバリエーション>

「だるまさんがころんだ」の代わりにする10文字

「坊さん（ぼうさん、ぼうさん）が尻をこいた」（近畿地方）

「くるまん（の）とんてんかん」（宮城県）

「キャバツの運動会」（宮崎県）

「チューチュータコカイナ×2」（大阪南部）

【検索：はじめのいっほ】

6 名前オニ

オニが子を追いかける。捕まりそうになった子は、参加する別の子の名前を呼ぶことができる。名前を呼ばれた子がオニとなり、オニが交代しながらつづく。捕まった子は場外に出て参加者が減っていく。参加する全員の名前を把握していないと、とっさに名前を呼ぶことができない上に、誰がオニになったかわからなくなる。また、会場のどこに誰がいるかを把握していないと、呼んだ相手がすぐ近くにいる場合に、捕まってしまうし、呼んだ相手がすでに脱落していることもある。さまざまな感覚、集中力が必要になる。



ガッチャンオニ

オニや逃げるのがいやになったら、
いつでも休めるらくちんオニごっこ！

オニごっこのルールの中には、オニが固定化されるのを防いだり、いつでもオニ役をやめることができたりするような、やさしいルールがたくさんあります。



7 ガッチャンオニ



オニと子がひとりずつ、それ以外は2人または3人で腕を組む。



逃げている子は、どこかの組の片方と、「ガッチャン」と言って腕を組む。



反対側にいる人が、子として逃げる。

<発展型>



オニを決めて、子は2人1組で腕を組む。



子は、腕を組んだままオニから逃げる。(腕を組まずに手をつなぐでもOK！)



オニが「ガッチャン」と言って子の片方と腕を組むと、もう片方の子がオニになる。

オニごっこのバリエーション。

一般的には「追いかける役（オニ）」を決めて、決められた範囲・時間内に捕まらないよう逃げる、捕まったら（タッチなど）オニ役が交代するといったシンプルなあそび。派生するものには、「個々の脚力の差が影響しすぎないような工夫」や「大人数の際のチーム戦」「地形や公園器具などの環境条件を利用したもの」「他のあそびとの組み合わせ」など無限ともいえるバリエーションがある。

<バリエーション>

高オニ	地面より高いところにいる子をオニがタッチできないルール。
色オニ	オニが言った色を触っている子にはタッチできないルール。
氷オニ	オニにタッチされたら氷のように動けなくなるルール。
増えオニ	タッチしてもオニが交替せず、どんどんオニが増えていくルール。
手つなぎオニ	タッチされた子はオニと手をつなぎオニの仲間になるルール。
かげふみ	タッチする代わりに影を踏むルール。
十字オニ	オニが移動できる範囲を十字に区切ったルール。
2人オニ	2人1組でオニと子をきめて、大勢で狭い範囲に集まり、他の人をバリアにしてオニごっこをする。
へびオニ	オニが床に寝転がり、タッチされるととんどんへびが増える。
病院オニ	体のどこか一部を押さえて、歩く速さで全員でオニごっこをする。タッチされたら、相手と同じところを押さえる。
仮面オニ	全体を3グループに分け、笑顔、泣き顔、怒った顔の役をふる。全員でオニごっこをし、タッチされたら相手の表情になる。
目隠しオニ	2人1組になって前の人が目をつぶり、後ろの人が言葉で誘導しながら、歩く速さでオニごっこをする。
いわしオニ	校舎全体などを使い、数人のオニを決め、時間内にオニが隠れる。その後全員がオニを探す。見つけた人はオニの後ろについて、一緒に隠れる。最後の1人が無事に隠れられたら終了。
缶蹴り	空き缶をつかったオニごっことかくれんぼの融合したようなあそび。
ポコペン	目印は何でも可（木やマンホール、黒板に○印をかいたもの等）最初に♪ポコペン ポコペン だーれがつついたポコペン♪と顔を伏せているオニの背中を他の者が突いて、誰に突かれたかオニが当てたら交代、はずしたらオニは10秒数え、その間に他の者が隠れ、その後は缶蹴りのルールと同様に行うあそび。

※同じ呼び方でも地域や年代差によってルールが違うものもあります。

※類似するあそびは世界中に存在していて、その起源は文明以前であるという説もあります。