



令和3年10月30日（土）に開催しました「第14回 運動遊びブレイリーダー研修会」の様子をレポートします！  
講師は、中村和彦先生と眞砂野裕先生です！

講師：中村 和彦 先生  
（国立大学法人山梨大学 理事・副学長）  
YBS山梨放送「ゴリラパンダ」ダンス  
NHK 2020応援ソング「パプリカ」ダンスなどを監修



講師：眞砂野 裕 先生  
（東京都昭島市立光華小学校 副校長）  
日本トップリーグ連携機構 JTJブレイリーダー  
ミズノ株式会社 ブレイリーダーマイスター

## ジャンケンを工夫してみよう。



いろいろな姿勢で、  
ジャンケンを試してみよう。  
（写真は仰向けでやっています）



「あいこ」になったら、  
素早く立ち上がります。

【テーマ：用具を操作する】  
風船を使って、遊ぼう。



ボールを捕る  
⇒キャッチングそのものの他に  
ボールとの距離感を掴むことが  
必要です。

早いスピードで空間を飛んでくる  
ボールでは、ボールとの距離感を  
掴むことがなかなか難しいので、  
空間をゆっくり動き、徐々に  
自分との距離が変化する  
「風船」が大活躍です。  
「手」だけでなく、「頭」「足」など、  
様々な体の部位で風船をつくことで、  
自分の体と風船との距離感をつか  
むことに繋がります。

## 講義



中村先生から「コロナ禍  
における子どもの成長」と題し、  
講義をいただきました。

## 新聞紙で作った棒で遊ぼう。



新聞紙を丸めて棒を作ります。  
新聞紙を立てて、手を放し、  
新聞紙が地面に倒れる前に  
キャッチします。  
新聞紙の長さや、新聞紙との距離を  
変えると難易度が変わります。  
チャレンジしてみてください。



※風船にガムテープを巻くと質感が変わります。

新型コロナウイルス感染拡大の  
影響で中止していた研修会を  
実施することができました。  
ご参加ありがとうございました。

