

ピンピンポンポン



体格も年齢も関係なく、世界中の人が楽しんでいる生涯スポーツ「卓球」を未就学の子どもたちが気軽に体験できるプログラムです。

ねらい

卓球あそびをととして、様々な運動(身体操作や用具操作)や友だち同士で協調することを楽しむ



step 1 絵本「ピンピンポンポン」読み聞かせ

Point ▶▶ 卓球への興味を引き出す

step 2 ダンボールラケットづくり

- 子どもの活動
- ①ダンボールラケットの見本をよく見る
 - ②ダンボールラケットを組み立てる(組み立てる順番、接着部分を確認する)
 - ③デコレーションして「オリジナルラケット」に仕上げる



用意するもの ダンボールラケット、接着用のテープや糊など、色鉛筆、マーカー、折り紙などデコレーションするもの

Point ▶▶ 組み立てまでの手順を子どもと一緒に考える
▶▶ 作品の個性を大切に、子どもの取り組む姿勢を認め、ほめる

step 3 卓球あそび(①～④)を選択 (▶▶ 2～3ページへ)

Point ▶▶ 子どもの様子で決め、存分に楽しめる環境をつくる

step 4 振り返りまとめ

Point ▶▶ 頑張ったところ、良かったところ、楽しかったところなどを発表し合い、また遊びたくなる気持ちで終わる

「ピンピンポンポン」

企画・制作：株式会社小学館集英社プロダクション／小学館アカデミー保育園・保育士
監修：株式会社タマス
協力：一般社団法人Tリーグ



1 風船でピンポン

ねらい ラケットの特徴を知り、使い方に慣れる！

step 1 ひとりでできるかな？

- ▶▶ 天井から吊り下げた風船（球など）をラケットで打ってみる
- ▶▶ ラケットで風船をリフティング

step 2 友だちとやってみよう！

- ▶▶ ラケットをつかって風船を床の上で打ち合ってみる

step 3 ラリーに挑戦！

- ▶▶ ラケットとピンポン球を使って友だちと打ち合ってみる

準備

風船や球を平ゴムで天井から吊り下げる



吊り下げた風船(球)



風船でリフティング



床でラリー

2 ピンポン球でコロコロあそび

ねらい ピンポン球に触れて親しみ、球の動きに目や体を慣らす！

step 1 友だちとやってみよう！

- ▶▶ 手で転がしてピンポン球をキャッチボール（床、テーブル、卓球台、どこでもOK）
- ▶▶ ラケットで転がしてキャッチボール

step 2 ひとりでできるかな？

- ▶▶ ラケットでピンポン球をリフティング

step 3 ラリーに挑戦！

- ▶▶ ラケットとピンポン球を使って友だちと打ち合ってみる



ラケットでコロコロ



リフティング

援助者のPoint

- 子ども一人ひとりの取り組む姿勢を認め、ほめる
- 子どもが考えたり自分で選んだりする場面を大切にする
- 禁止や命令の言葉を使わず提案する
- 例 「～したらどうかな？」

3 とれとれ棒でピンポン

ねらい 身近な素材を使って、球の特性を知る！

step 1 ひとりでできるかな？

- ▶▶ 手でバウンドさせてテーブルや卓球台上の紙コップに入れる（台上や台の縁など、色々な場所に紙コップをセット！）

step 2 友だちとやってみよう！

- ▶▶ 友だちが手やラケットでバウンドさせた球を「とれとれ棒」でキャッチする

step 3 ラリーに挑戦！

- ▶▶ ラケットとピンポン球を使って友だちと打ち合ってみる

準備

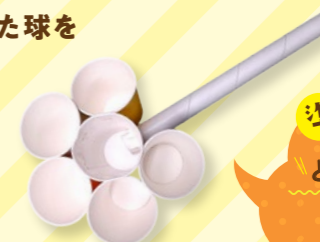
紙コップを台に並べる



紙コップに球を入れる

準備

とれとれ棒 づくり
ラップ芯1本と紙コップ数個を組み合わせる



とれとれ棒!

4 ピンポン球で的当て

ねらい 自分の描いた絵を的に使って意欲を高め、調整力、集中力を育む！

step 1 的当てを作ろう

- ▶▶ 紙コップや画用紙などに好きな絵を描いたり、貼ったりしてオリジナルの的当てを作成する

step 2 ひとりでできるかな？

- ▶▶ オリジナルの的を卓球台、テーブルや壁に設置する。テーブルを壁際にセットすれば壁打ちすることも！

step 3 ラリーに挑戦！

- ▶▶ ラケットとピンポン球を使って友だちと打ち合ってみる

準備

的当て づくり
画用紙・紙コップに好きな絵を描きテーブルや壁にセットする



紙コップを並べる



台の上に絵を貼る

“的”を貼るとピンポン球のコントロールがしやすくなる！

