

だるまさんがしりもちついた！

だるまさんが転んだのアレンジです。転倒の危険性がないので、安心して行えます。



ジャンル 運動機能改善 介護予防 ゲーム

身体面への効果 指定されていません

精神面への効果 指定されていません

介護度 要介護度2 所要時間 1回5～7分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 5人以上

道具 (一人当たり予算0円)

注意点・追加ルール

期待効果 運動機能改善

1 「だるまさんが転んだの」ルールにいくつか追加をします。

2 オニは「だるまさんがしりもちついた」の掛け声で振り向きます。

3 参加者は振り向かれた時に必ずおしりを地面につけておかなければならない。

4 寝転がっているのはしりもちではないので、アウトです。座った状態？でセーフです。

5 オニの人にタッチした人から上がりです。負けた人は他の人が不正をしないかチェックしましょう。

6

更に追加ルール

おしりは床につけて、足は浮かべなければならない。(手はついてよし)

7

5 コール以内にゴールしなければ負け。(コール数は距離や運動機能のよし悪しで改定)