

(集団研修4) チャレンジ・ザ・ゲーム

1 ねらい

「記録への挑戦ゲーム」として、2人から12人程度のグループが、年齢や性別などの制限もなく、いつでも、誰でも行える、みんなで楽しめるスポーツである。集団での親睦を深めたり、団結力を育てたりすることができる。

公益財団法人 日本レクリエーション協会の推進するプログラムである。

2 対象 小学3年生～

3 所要時間 60分～

4 経費 無料 ※体育館等の使用料が掛かる。

5 活動の概要

(1) チャレンジ・ザ・ゲームの6種目の中からゲームを選定します。

- ①キャッチング・ザ・スティック ②ペア・リング・キャッチ ③ネット・パス・ラリー
④ロープ・ジャンプ・EX ⑤むかで・タイム・レース10 ⑥スピード・ラダーボール

(2) ルールに則った用具を用意する。

公認用具か、またはルールに則った用具。

(3) けがや事故が発生しないように十分な対策と配慮を行う。

(4) ルールを理解して練習をする。

6 準備物

(1) 各団体・・・筆記用具

(2) 自然の家・・・下記の用具

①キャッチング・ザ・スティック	②ペア・リング・キャッチ	③ネット・パス・ラリー
		
④ロープ・ジャンプ・EX	⑤むかで・タイム・レース10	⑥スピード・ラダーボール
		

7 注意事項

(1) けがのないように準備運動を行う。

(2) 全体の人数に応じた種目選択とグループ分けを行う。

8 プログラム例（3 種目ローテーション…120 分コース）

研修名「チャレンジ・ザ・ゲーム」

時間	場 所	内 容	備 考
2 分	体育館	整列	各団体で研修場所へ集合 1. 整列（種目ごとグループ） 準備物：自然の家 （1）キャッチング・ザ・スティック （2）ペア・リング・キャッチ （3）ネット・パス・ラリー （4）ロープ・ジャンプ・EX （5）むかで・タイム・レース10 （6）スピード・ラダーボール グループ数をみながら準備
8 分		あいさつ 全体で注意事項を聞く。	2. あいさつ 3. 注意事項について ・用具の、棒やリングなど子ども達が振り回さないように指導する。 ・指示をよく聞き、周囲に注意させる。 ・ルールをきちんと守ることを説明する。
1 種目に つき 20 分 (練習) 10 分 (挑戦) × 3 種 10 分		ゲームのやり方を覚え練習 ゲームの記録に挑戦 ※3 種目をローテーションする。 途中水分補給等をいれる。	4. グループごとゲームの説明を受け練習する。 ・要領を理解させる ・練習時間：(20 分) 5. グループごとに記録に挑戦する。 (10 分)
10 分		記録発表 感想発表	6. 各グループの記録発表を聞く。 7. 感想を発表。

※2～3 種目を組み合わせての実施も可能です。（実施時間…90 分～120 分程度）ご相談ください。