チャレンジ・ザ・ゲーム

日本レクリエーション協会が開発した、グループで交流しながら、遊び感覚で身体を動かす楽しさや達成できたときの喜びを味わうことができるスポーツ・レクリエーションです。

場所	体育館・柔剣道場等	対象	小学生以上
所要時間	１種目１５分程度	人数	１種目３０人程度
時期	全シーズン	天候	制限なし
指導	なし	提出書類	なし
経費	なし		

活動の教育的効果	（１）身体を動かす楽しさや達成できた喜びを味わうことができる。 （２）力を合わせることの大切さを体感する等、協調性を育むことができる。
準備するもの	団体が準備するもの
	□個人：　体育館シューズ、運動のできる服装、タオル、水筒
	交流の家が貸し出すもの
	□各種目の道具（種目と備品数は備考欄を参照）　□ストップウォッチ
備考	□種目と貸出可能な道具の数 ・キャッチング・ザ・スティック：40 本(20 人分) ・サークル・ジャンプ：ロープ付きボール３個 ・ペア・リング・キャッチ：20 個 ・ロープ・ジャンピング：10m10 本　25m10 本 ・ネット・パス・ラリー：ボール２～5 個　毛布 2～5 枚

特別な施設での活動

活動の流れ

チャレンジ・ザ・ゲーム

	時　間	項　目	内　　容	備　　考
活動内容（手順）	事前	種目の選定 グループ編成	□1 班 6～10 人程度 □種目を選定 □1 種目：15 分程度 □事務室にて用具を借りる。	
	15 分	活動方法の説明 準備運動	□全体の流れと安全に関する注意 □準備運動 □各種目のルール・活動方法の説明	
	40～90 分	競技	□グループごとに各種目をローテーションで行う。 □結果を発表する。	・2 種目…40 分程度 ・3～4 種目…60 分程度 ・5 種目…90 分程度
	5 分	片付け	□用具を事務室に返却する。	
想定されるリスク	□熱中症（水分補給を十分に行わなかったとき） □捻挫（着地や移動したとき） □転倒（着地や移動したとき） □突き指(リングを受け取るとき)			
指導のバリエーション	□レクリエーションを目的とした場合の指導方法 □チームビルディングを目的とした場合の指導方法			

キャッチング・ザ・スティック

ネット・パス・ラリー

サークル・ジャンプ

ペア・リング・キャッチ

ロープ・ジャンピング