

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
	<input type="checkbox"/> 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
	<input type="checkbox"/> 各種目の道具（種目と備品数は備考欄を参照） <input type="checkbox"/> ストップウォッチ
備考	<input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 1班6~10人程度 <input type="checkbox"/> 種目を選定 <input type="checkbox"/> 1種目:15分程度 <input type="checkbox"/> 事務室にて用具を借りる。	
	15分	活動方法 の説明 準備運動	<input type="checkbox"/> 全体の流れと安全に関する注意 <input type="checkbox"/> 準備運動 <input type="checkbox"/> 各種目のルール・活動方法の説明	
	40~90分	競技	<input type="checkbox"/> グループごとに各種目をローテーションで行う。 <input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 用具を事務室に返却する。	
想定される リスク	<input type="checkbox"/> 熱中症(水分補給を十分に行わなかったとき) <input type="checkbox"/> 捻挫(着地や移動したとき) <input type="checkbox"/> 転倒(着地や移動したとき) <input type="checkbox"/> 突き指(リングを受け取るとき)			
指導の バリエーション	<input type="checkbox"/> レクリエーションを目的とした場合の指導方法 <input type="checkbox"/> 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

特別な施設での活動