

さんべ版

チャレンジ・ ザ・ゲーム

種目説明



チャレンジ・ザ・ゲームとは

チャレンジ・ザ・ゲームは、平成元年に日本レクリエーション協会が考案し、以降、全国各地で幅広い年齢層に親しまれているスポーツ・レクリエーションです。

技術や体力、勝敗を競うのではなく、グループでの交流を楽しみながら記録の向上に挑戦します。

※公益財団法人日本レクリエーション協会HP
(<https://recreation.or.jp/activities/challenge/about/>) 参照。

大切なのはチームワーク！
(思いやり、話しあい、心を1つにして協力…)



「さんべ」のチャレンジ・ザ・ゲーム

団体の活動時間やねらいになど実態に応じて

- ① 種目数を選択できる。
- ② 種目のルールや時間配分を設定変更できる。

～時間配分例～

☆1種目当たり15分（チャレンジ2回）で、4種目のローテーション。

1種目15分

チャレンジ 1 回目

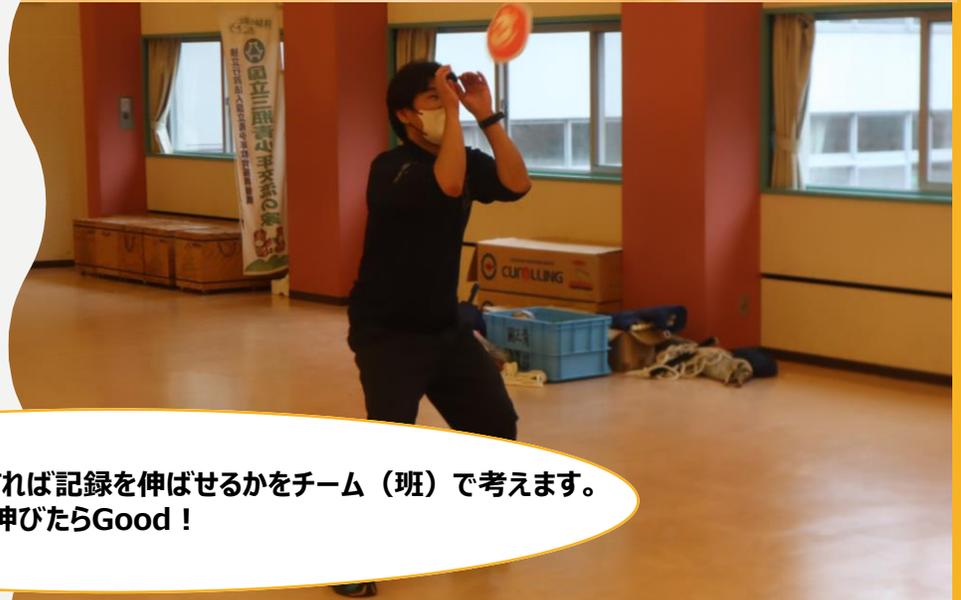
練習・作戦会議①5分→本番①2分

チャレンジ 2 回目

練習・作戦会議②5分→本番②2分

×4種目

1 回目を踏まえて、どうすれば記録を伸ばせるかをチーム（班）で考えます。
2 回目の本番で記録が伸びたらGood！



「さんべ」のチャレンジ・ザ・ゲーム

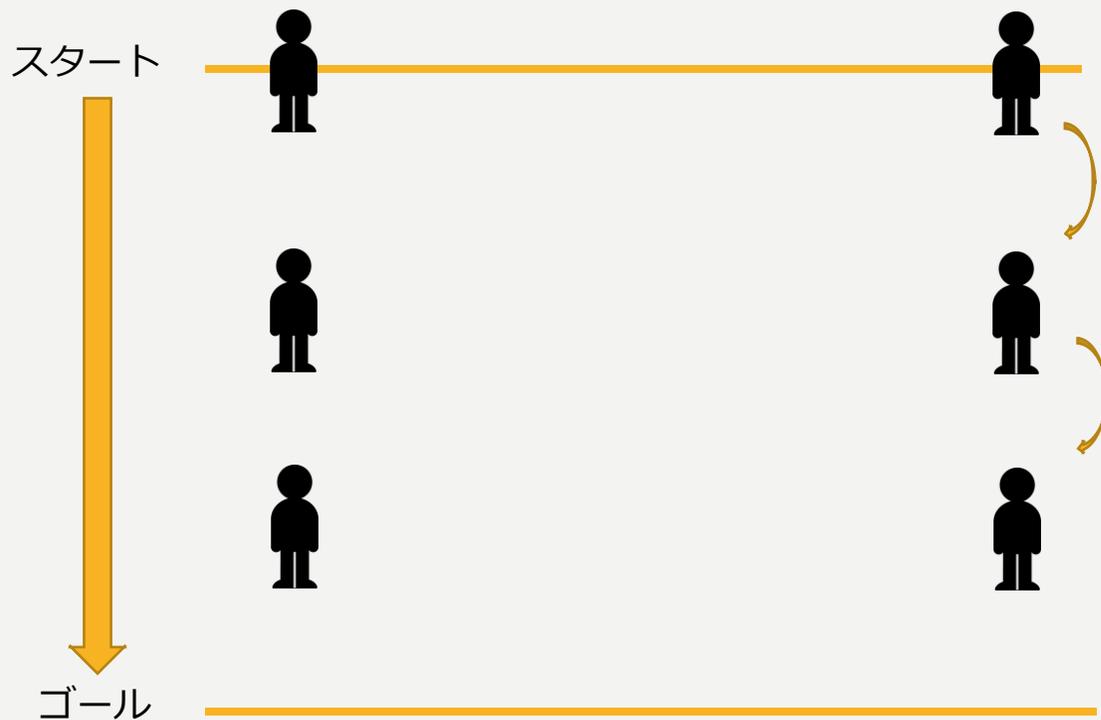
- ① ネットパスラリー
- ② ロープジャンプ
- ③ リングキャッチ
- ④ ピザキャッチ
- ⑤ キャッチング・ザ・スティック
- ⑥ ふらば～る
- ⑦ ラダーゲッター

① ネットパスラリー

(最大20人対応可 ※ネットは10枚)

- 二人一組でネットを持ち、二人の息を合わせて、となりのペアのネットにパスをします。
- パスを繰り返していき、グループでスタート地点からゴール地点までボールを運びます。
- ゴール地点に着いたらもう一度スタート地点からパスをして、ボールを運びます。

☆ 時間内にスタートからゴールまで運べた回数を記録とします。



② ロープジャンプ

(長縄2本あり)

「8の字とび」の場合

○学校の体育でもよく行うとび方です。とんだ後、8の字を描くように走りぬけます。

「一斉とび」の場合

○なわを回す2人以外の全員が一斉にとびます。

いずれの場合も、時間内に何回も挑戦できます。
大きな声で数を数えるとグループで盛り上がります。

☆時間内に連続でとべた最高回数を記録とします。

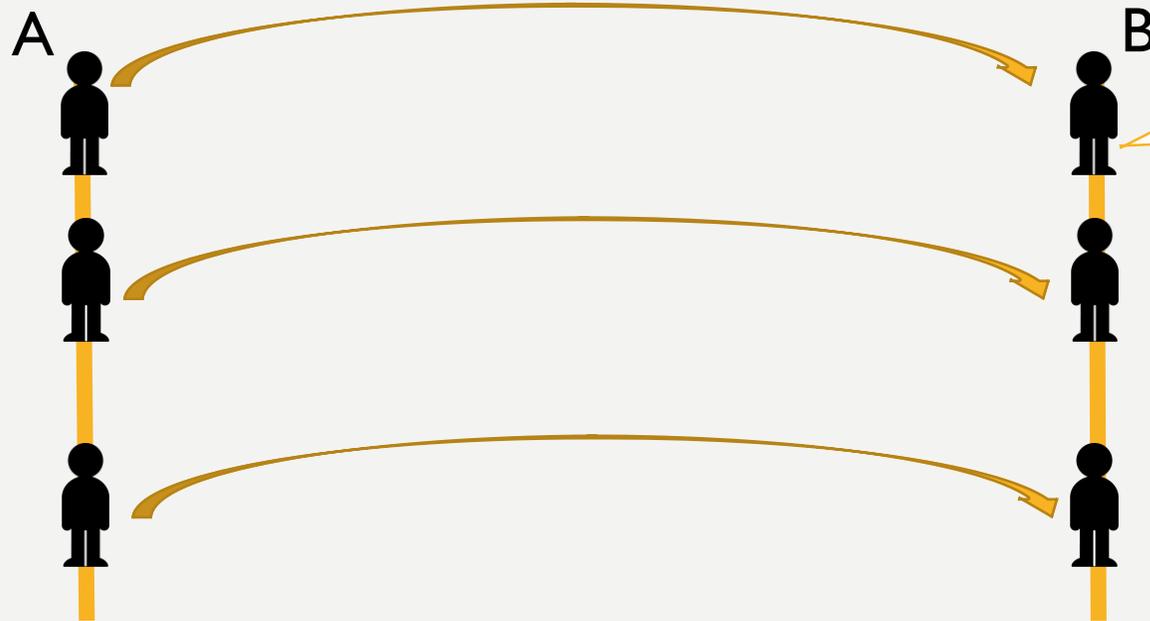


③リングキャッチ

(最大40個)

○下図のように二人一組の列をつくり、A側の人からB側の人に向けて一斉にドーナツ型のリングを投げます。チームすべてのペアがキャッチすることができればクリア1回。

○今度は、B側の人からA側の人に向かって一斉に投げます。
これを繰り返します。



Bの人たちが全員キャッチ
できたらクリア1回



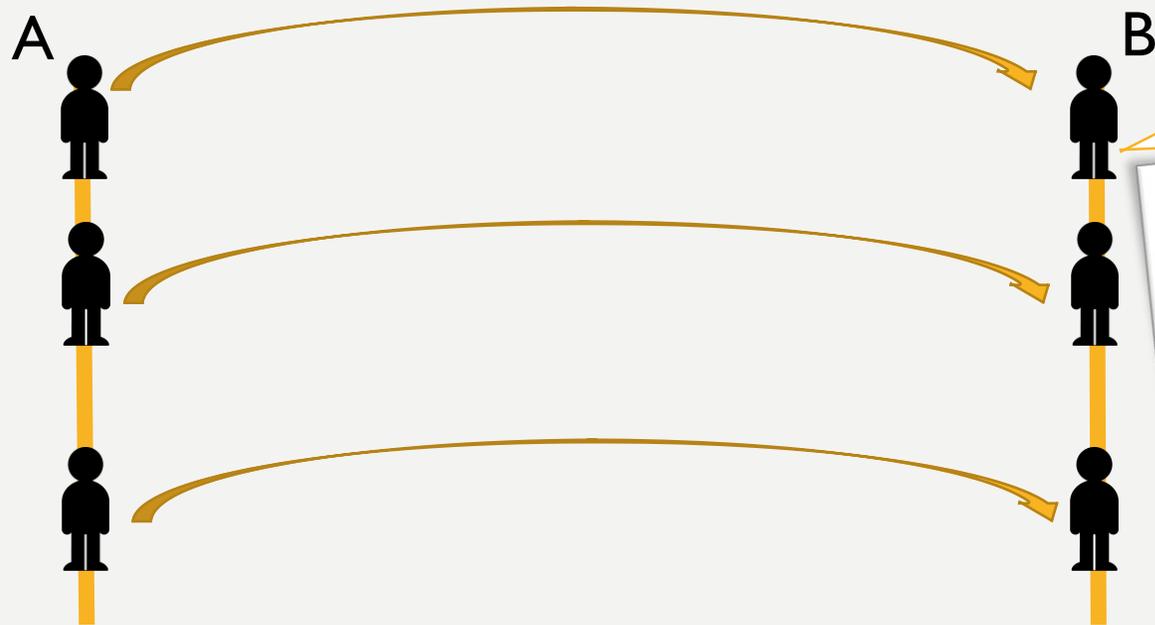
☆時間内のクリア回数を記録とします。

④ ピザキヤッチ

(最大18人 ※ピザ型のシートは9枚)

○下図のように二人一組の列をつくり、A側の人からB側の人に向けて一斉にピザ型のシートを投げます。チームすべてのペアがキャッチすることができればクリア1回。

○今度は、B側の人からA側の人に向かって一斉に投げます。
これを繰り返します。



Bの人たちが全員キャッチ
できたらクリア1回



☆ 時間内のクリア回数を記録とします。

⑤ キャッチング ザ スティック (最大80本)

<基本>

- 1人が2本（実態により1本）のスティックを持ってチームで輪になります。
- スティックの底を一斉に2回床に打つと同時に時計回りに1人分ずれます。全員がスティックをキャッチできればクリア1回。

<応用>

- 1人1本スティックを持って、横一列に並びます。この時、1人ないし2人はスティックを持たずに向かって左側の端に待機しておきます。
- スティックの底を一斉に2回床に打つと同時に右隣の人スティックを移動してキャッチします。
- 全員がスティックをキャッチできればクリア1回。

☆ いずれも時間内の連続クリア回数の最高値を記録とします。



1人1本持って時計回りに回る場合



1人2本持って時計回りに回る場合



1人1本持って横一列に並ぶ場合

⑥ ふらば～る

(大13個、小4個)

<4人チームの場合>

○4人チームの場合は四角の隅になるように立ちます。

○3人は黄色(大)、もう1人はピンク(小)のふらば～るを1個ずつ持ち、1バウンドさせて相手に投げます。

○4人全員がバウンドキャッチできたらクリア1回。

※チームの人数が多い場合でも、5人、6人で輪になるように立って行うこともできます。

☆時間内の連続クリア回数の最高値を記録とします。



⑦ラダーゲッター (最大4セット ※1セットにつきボール3個)

ラダー (はしご) に向かって、ボールを投げて、ひっかけることができればポイントゲットです。

○ひもでつながったボールの片方を持ち、もう片方のボールを揺らして投げます。

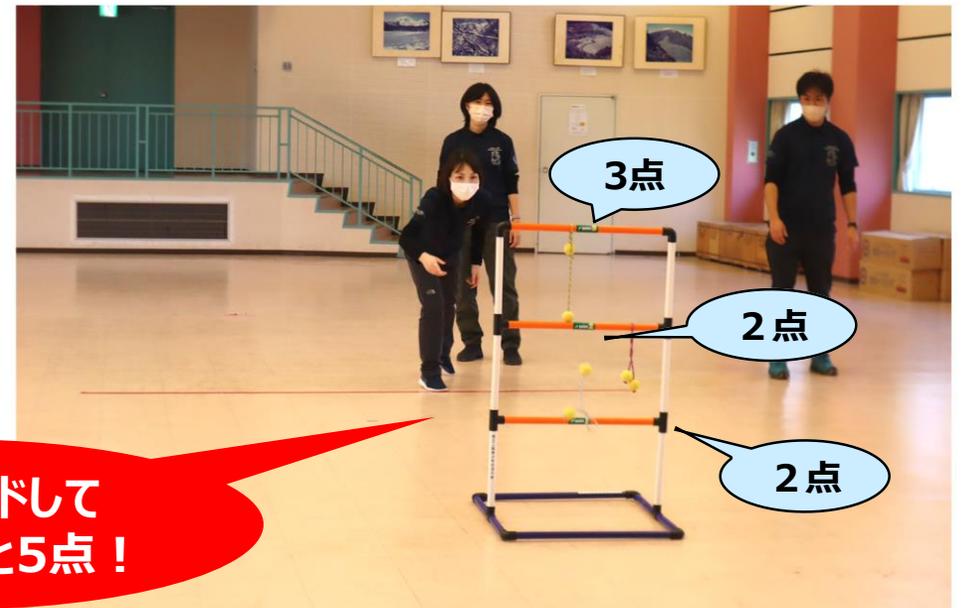
○ラダーにひっかかたら、ラダーの場所に応じたポイントゲットです。

ワンバウンドして引っかけると5ポイントゲット!

☆時間内にゲットしたポイント数を記録とします。

時間内にたくさんのポイントをゲットすることを目指します。

チームみんなでポイントを数えましょう!



ワンバウンドして
ひっかかると5点!