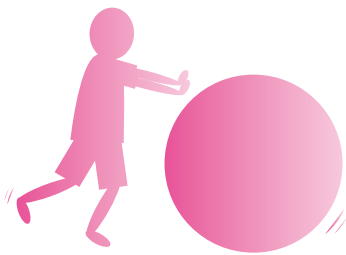


キンボールスポーツ・リードアップゲーム



将来、キンボールスポーツを公式ルールで楽しめるようにキンボールを使ったゲームを紹介します。体育館や障害物のないオープンスペースであればどこでも行えます。遊び感覚でボールコントロールを身につけることができ、仲間づくりにも役立ちます。

1 鬼ごっこ

人数 1チーム2人、3チーム以上

目標

鬼2人がボールを転がして他の組にボールに触れさせ、鬼にすること。目的は、一つの動作を協力して行うことにあります。

【ルール】

- ①人数に応じてコートを設定します。
- ②鬼以外のチームは必ず2人が手をつないでいなければなりません。手を離れた場合は、ボールに触れなくてもそのチームが鬼となります。
- ③鬼2人は手をつながなくても構いません。
- ④コートから出たチームは、反則で鬼となります。



⑤ボールは常に床につけて転がさなければなりません。

！ 注意

●体育館やコートの大きさ、参加者の体力や年齢によってボールの数を変更し、安全に留意します。

2 サークル鬼ごっこ

人数 10人以上

目標

1～3人が円の中に入ります。円を作っているプレイヤーは中に入っているプレイヤー(鬼)にボールを当てます。



【ルール】

- ①円を作っているプレイヤーはボールをヒットしても、押しても構いません。
- ②円を作っているプレイヤーは協力してボールをパスすることができます。

！ 注意

●ボールをヒットする場合、必ず両手で行うよう指導します。片手でのヒットはケガにつながります。

3 サークル・リフティング

人数 1チーム6～10人、2チーム以上

目標

各チーム手をつないでサークルを作り、頭や足など手以外の身体の部位を使ってボール・リフティングをします。このゲームの目的はチーム一丸となってボールを追いかけることにあります。

【ルール】

- ①手をつなぎ、サークルの中央にボールを置きます。
- ②手を使わないでボールを上へ上げます。
- ③みんなで数えながら、最も多くボール・リフティングができたチームが勝利チームとなります。



！ 注意

●チーム間の安全に留意します。
●ヘディングはあごを引いて行うよう指導します。

4 サークル・キャッチ

人数 6～40人

目標

全員でサークルを作り、2～4人のチームを決め、各チームに番号をつけます。サークルの中央で任意のチームが協力してボールを保持し、他のチームの番号を大きな声でコールし、真上にパスします。呼ばれた番号のチームが中央に出てきてボールが床に落ちるまでにキャッチします。このゲームの目的は、チーム全員で協力してボールコントロールを身につけることにあります。

【ルール】

- ①全員でサークルを作ります。
- ②各チーム2～4人で編成します。
- ③声の小さいチームやキャッチできなかったチームは負けになり、サークルの外で座って待ちます。
- ④最後まで失敗しなかったチームが勝利チームとなります。



！ 注意

●対象者によっては、チーム名(動物、植物など)を参加者に考えてもらって実施しても構いません。