



本来リードアップゲームは指導者や参加者の創意工夫で生み出されるものです。下記紹介したゲームは講習会などで行われているものの一部です。新しいリードアップゲーム等があれば、日本キンボールスポーツ連盟にご連絡ください。



5 バクダン

人数 10人以上

目標 参加者は2重の円をつくり、お互いに向き合い両手をつなぎます。参加者はそのつないだ両腕の上でボールを移動させます。



【ルール】

- ①テーマ(お題)と時間(例1分、2分等)を決めます。
- ②任意で決めた組からテーマの1つを言い終わった後、ボールを隣の組の2人に渡していきます。
- ③指導者または担当者は、言い終わったテーマを毎回参加者全員に聞こえるよう大きな声で復唱します。
- ④一度使われたテーマは使用できません。
- ⑤定められた時間にボールを保持していた組の2人が負けとなります。

!
注意

- 練習で1回以上ボールを一周させ、どの程度時間がかかるかを把握し、時間を設定します。
- 残り時間をアナウンスするとより盛り上がります。
- テーマは果物、野菜、動物、魚、寿司ネタ、都道府県名など指導者と参加者で相談して決めるとよいでしょう。

6 転がしジャンケンゲーム

人数 10人以上

目標 ボールを相手ゴールラインまで転がして運びます。



【ルール】

- ①各チーム縦1列で20m間隔で並びます。
- ②中央にボールを置き、各チームの先頭者がボールの所まで走り、ジャンケンをします。勝ったチームはそのままボールを転がし、負けたチームは次の人がスタートしてボールの所まで走り、ジャンケンをします。

- ③ジャンケンをしながら先に相手チームのゴールラインまでボールを運んだチームが勝利チームとなります。

!
注意

- 相手が転がしてくるボールに、激しくぶつからないように指導します。

7 運んでジャンケン

人数 10人以上

目標 ボールを相手のゴールラインまで持ち上げて運びます。転がしジャンケンゲームの応用版。



【ルール】

- ①各チーム縦1列で20m間隔で並びます。
- ②中央にボールを置き、各チームの先頭2人がボールの所まで走り、2人ずつ合計4人でボールを支えます。
- ③チームの代表者がジャンケンをします。
- ④勝ったチームは2人でボールを持ったまま前に走って進みます。負けたチームは次の2人がスタートしてボールのところまで走り、代表者がジャンケンをします。
- ⑤ジャンケンをしながらか先に相手チームのゴールラインまでボールを運んだチームが勝利チームとなります。

!
注意

- 2人でボールを保持して運ぶバランスに気をつけなければなりません。
- ボールを保持して運ぶ2人は前方に注意するよう指導します。
- ボールに向かって走る2人がボールに激しくぶつからないように指導します。

8 キンボールリレー

人数 10人以上

用具 カラーコーン

目標 1人、もしくは2人でボールを転がし、コントロールできるようにします。



【ルール】

- ①両手で転がす、お腹で転がす、足でドリブル(サッカーのドリブルの要領)、手でドリブル(バスケットのドリブルの要領)、2人で運ぶ練習をします。
- ②ボールコントロールができるようになったら、2チーム以上で競争をします。

!
注意

- チーム間の安全面に留意します。