



日時	2014.5.17 11:00~12:00	会場	室蘭市立喜門岱小学校 室蘭市石川町282-36
参加人数	32名	スタッフ	三木・三原・森田

今回の内容です。できた箇所にシールを貼ってあげてください。

チャレンジゲーム  
めざせ7ラッキ! ボールはともだち 一覧

目安	級	動きづくり	ボールあつかい(手)	ボールリフティング	ボールフィーリング
U-6	Stage 1	両足ジャンプ 片足ジャンプ かかし	バウンドキャッチ ボールころがし		ボールタッチ コロコロ
	Stage 2	その場でケン・バー/グー・パ ケン・バー/グー・バーで前進 ジグザグころがし	なげてキャッチ メガネ キャッチボール	ももキック	スーパーコロコロ
	Stage 3	スキップ カニさん歩き/スーパーカニさん スーパーかかし	パッチンキャッチ おなかコロコロ ボール投げ	インステップタッチ 足うらキャッチ まとあてキック	インサイドタッチ ドリブルストップ ボールでおさんぼ
	Stage 4	スーパー両足ジャンプ 8の字ランニング	なげてキャッチ2 すわってなげてキャッチ 両手ドリブル	1バウンドジャグリング 両足ボールリフト	ドリブル 連続ボールタッチ
U-8	Stage 5	片足ジャンプ サイドジャンプ	なげてキャッチ3 すわってなげてキャッチ2	3回連続ジャグリング 片足ボールリフト	フェイント3種
	Stage 6	手足の運動 ツーステップランニング 前後走	すわって両手ドリブル 手を伸ばしてキャッチ	1バウンドジャグリング	トータッピング ブルブッシュ

項目	内容	備考
ストレッチ		
おにごっこ	バナナ鬼	大人が鬼。タッチされたら足を開いてかたまり、だれかがまた下をくぐったらまた逃げる。
	スキップ鬼	大人が鬼。背中にタッチされたら鬼と手をつないで10歩スキップしてまた逃げる。
動き作り	両足ジャンプ・片足ジャンプ	大人と手をつないで
	パッチンキャッチ ボール投げ	向かい合って、キャッチボール
ボールリフティング	インステップタッチ	大人が動かしたボールをインステップでタッチ
	まとあてキック ドリブル	向かい合って、大人がひらいた足の間を狙う 大人の後ろをついてドリブル
動き作り	8の字ランニング	大人がコーン。3回まわったらシュート
ゲーム①	4ゴールゲーム	4チームに分かれてゲーム。
ゲーム②	親子でゲーム	親子対抗で4 v s 4のゲーム

内容についての詳細・問い合わせは 普及委員会 三木 (090-5957-7823) まで