



日時	2014.4.20 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	25名	スタッフ	三木・三原・森田

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・パー/グー・パー ケン・パー/グー・パーで前進 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	バッチンキャッチ 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 ボールでおさんぽ
	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
アイスブレイク	手でジャンケン 足でジャンケン	コーチに勝ったら座る
ストレッチ		①コーチと ②親子で
おにごっこ	しっぽとり① しっぽとり②	しっぽを取られても、返してもらって続行 鬼(大人)は早足、子どもはスキップ
動き作り	ビブスでキャッチボール	3m位はなれて。
	ビブスを奪え	向かい合って、大人が動かすビブスを取る
	トンネルくぐり	馬になった大人の背中を超え腹の下をくぐる
	サイドジャンプ	
ボール扱い(手)	グーパージャンプ ころがしキャッチボール	立って。すわって
ボール扱い(足)	まとあてキック	向かい合って、足でパス。
	ボールタッチ	大人と手をつないで
	コロコロ	大人が足を開き、その間をボールを転がす。
動き作り	ジグザグ	大人がコーン。年中は大人と手をつないで
ボール扱い(足)	二人でドリブルシュート	親子で手をつないでドリブルシュート
ゲーム	親子でゲーム	

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