

室内運動会

時 間	2時間	対 象	小学5年生以上
人 数	200人まで	経 費	0円

- ・ 全員が参加できる楽しい競技を通して、運動に親しみながら人と人とのふれあいを深めるとともに、集団への所属感を高めることができます。

高まりが期待できる 非認知能力	協働力、リーダーシップ、コミュニケーション力
団体で準備する物	<ul style="list-style-type: none"> ・ 活動に適した服装、室内シューズ、タオル、水筒 等 ・ グループ編成(推奨:1グループ15~20人)
センターで準備する物	競技用黒板、アンカービブス、放送機器、BGM用CD、三角コーンボール、バトン、椅子、ボウリングピン、ピンポン玉 等

活動の内容

□ 全員が参加できる競技を通して、交流を深める楽しい活動です。

【活動内容例】 ※発達段階等の実態に応じて、センター職員が内容を構成します。

活動名	概要
短距離走	バンドで両足を固定し、小刻みに走りながらコーンを折り返すリレー。
ピンポン転がし	ピンポン球をうちわであおぎながら前に進め、コーンを折り返すリレー。
ボーリング	ボーリングのピンに向かって、ラグビーボールを転がし倒すリレー。
輪入れ	1人が小さな輪を投げ、ボウリングのピンの先に輪を入れるリレー。
関所破り	関所役の人の場所までいき、じゃんけんにつつまで、全員でコースを回り続けるリレー。
一発逆転	グループ全員で何を出すか話し合い、代表とじゃんけんをする。勝った人数分点数が入る。

(室内運動会の様子)



[その他]

- ・ お互いに声をかけ合って、水分補給等の熱中症対策を行ってください。