

～おらほのレクリエーション～ ゲームでもダンスでも可！

☆レク名☆

『 ティー 』

ゲーム・ダンス

☆ねらい・目的・効果☆

アイスブレイク

☆説明☆

1. 2つのチームを作ります

2. じゃんけんで先攻後攻を決めます。

3. 互いの陣地に別れて先攻側から一人相手陣地へ「てい」
ていながら向かい相手陣地の人をタッチします(息がきき取れず前に自陣へ戻る)

タッチされた相手は陣地の外へ出ます。

相手陣地で「てい...」の聲がとぎれた時はその人も同様に外へ出ます。

これを同じように交互に行き、先に味方が

いなくなったほうが負けです。



☆紹介市町村☆ 気仙沼市

～おらほのレクリエーション～ ゲームでもダンスでも可！

☆レク名☆

キンボール

ゲーム・ダンス

☆わらい・目的・効果☆

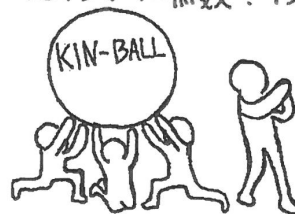
「共遊」… 多人数で楽しむことができ、ゲームをするには全員の協力が必要なため協調性を養える。
 「主体」… “巨大なボール” は好奇心を刺激し、主体的にゲームに参加できる。
 「創造」… 柔軟なルールバリエーションで子どもから高齢者まで楽しめるスポーツで、ルールは一部変更可能。

☆説明☆

- ・ 直径122cmのキンボールを使用する。
- ・ 4人1組で構成されたチームで行う。※ピンク、グレー、ブラックに色分けされた3チーム
- ・ 最大20m×20m四方のコートサイズ内で
ヒットやレシーフを繰り返す。
- ※ ヒットはヒットチームの1名が「オムニキン」と言い、続いて「レシーフチームの色」をヒット前に大きな声でコールしてからヒット（腰より上のみを使用し、手や腕等でボールを打撃）する。ヒットの瞬間は4名全員がボールに触れていなければならないため、コールする人以外はボールをヒットしやすいように支えておく。
- ※ ヒットされたボールは指定された色のチームが床に落ちる前にレシーフ（全身使用可）する。
- ・ レシーフまたはヒットに失敗すると、失敗したチーム以外の2チームに1点ずつ加算される。
- ・ 点数制と時間制どちらかでゲームを進める。
- ※ 点数制は、1チームが決められた点数に達した段階で最下位のチームが1チーム抜け、残り2チームで戦い、最終的に定められた点数に達した時点でゲーム終了。
 決められた点数：11点 最終的に定められた点数：13点
 奇数ならば変更可能。

★ 例：「オムニキン、ブラック！」

※ 参加者の年齢、経験、体力などの条件に応じてルールの一部変更可



～皆で仲良くケがなく
楽しみましょう！～

☆紹介市町村☆ 気仙沼市