

キャッチング・ザ・スティック

運動量	★★★
技能	★★★
準備	★

横一列に並んだ8人が、一人2本のスティックを持ち、「トントン」のリズムに合わせて、スティックをつき、パツとはなして、すばやく右へ瞬間移動一。何回続けてキャッチできるかを楽しめます。連続記録に挑戦してみるもよし、音楽に合わせて楽しんでもみるのもよし。小さい子供から高齢者の方まで、いっしょになって遊べるスポーツです。

用具

☆ スティック16本

遊び方

- ① チームリーダーが、「せーの～」の声をかけ、「トントン」とスティックを2回床に打ちつけます。
- ② 打ちつけた後、2本のスティックを8人が同時に、パツと離し、すばやく右へ移動します。
- ③ この時、右にいた人が離したスティックを、すばやくキャッチしてください。
- ④ 右端にいた人は、速やかに左端に移動してください。
- ⑤ カウントは、全員が右へ移動するたびに、数えてください。
- ⑥ 一人でもスティックを床に倒したり、とり損ねたりしたときにはアウトとなります。
- ⑦ 競技中は、全員で「トントンパツ」と、声を掛け合しましょう。

人数

☆ 1チームが10名
(8名が2本スティックを持ち、左端で待機しています)

いろいろなバリエーション

- ☆ 連続キャッチに挑戦！！
何回連続でキャッチできるかをためしてみましよう。
[参考] 日本記録 1,652回
(H23.9月現在)
- ☆ スピードキャッチに挑戦！！
3分間で何回キャッチできるか挑戦しましょう。「トントンパツ」の掛け声1回につき1点です。
- ☆ 音楽に合わせてキャッチ！！
好きな曲に合わせてキャッチしてみましよう。3拍子の曲がフィットします。

