

運動

紙コップ合戦

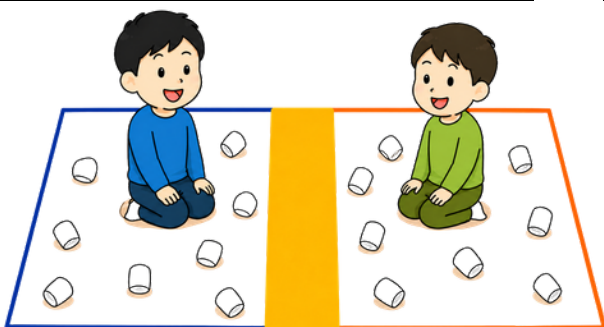
所要時間 15分

支援のねらい

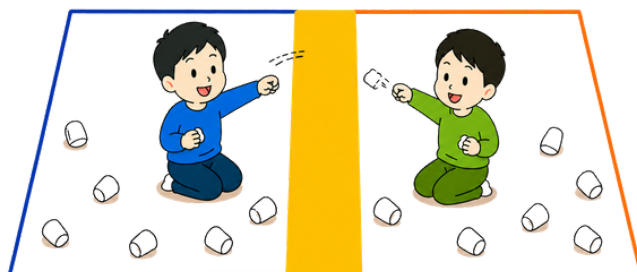
- ・小集団での活動を楽しむ
- ・体を動かす
- ・数の認識

用意する物

- ・紙コップ（15個くらい）
- ・ビニールテープ（養生テープでもOK）

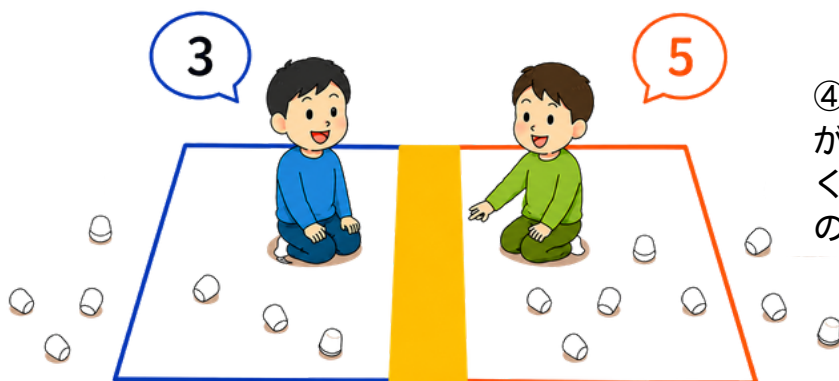


①【事前準備】ビニールテープでそれぞれの陣地と、センターラインを作ります。紙コップはコート内に、無造作にばら撒いておきます。



② スタートの合図で両チーム共に相手陣地に向けて紙コップを投げ合います。

③ 3分くらい経過したら終了の合図です。



④ それぞれ自分の陣地に何個の紙コップがあるか数えます。より相手の陣地に多くの紙コップを入れる事が出来たチームの勝利です。



注意：接触事故を避けるために、黄色のラインに入らない。

注意点

- ・紙コップは、何個か重ねたものがぶつかる
と痛いため、重ねて投げてはいけないとい
うルールを周知する。
- ・接触事故を避けるため、ルールで距離が取
れるようにする。
- ・顔や体に当てないように呼びかける。

実施のポイント

- ・室内でも体力をしっかり発散でき
ます。
- ・安全に配慮し、楽しく運動できる
ように行います。