

## 「ボールは友だち」・「まとあてゲーム」の説明

### 「ボールは友だち」の進め方

1時間目では、「ボールはともだち」の個人Bを練習します。

#### 1 準備

ボールは、2人に1個必要です。

先生はやり方を示しながら、説明しましょう。

説明を含めて、10分が目安です。

活動の隊形は、班毎に一列になって行いましょう。ペアになっている子は、座って数を数えます。

### 2 「ボールはともだち」個人Bの進め方

始めに、2人組をチームで作ります。5人のチームは、ほかのチームの子と組みましょう。

組んだ相手の子と、「ボールはともだち」のときは、いつも組むようにしましょう。

2人組にボール1個使います。

一人で、ボールを上に向けて、落ちてくるまでに、何回手をたたけるのかやりましょう。慣れてきたら、少しずつボールを高くして、たくさん手をたたきましょう。ボールはとれなくても、手に当てましょう。

ボールは、両手で胸にたくようにとったり、手のひらと指でとったりしましょう。1人30秒間行います。

ペアの子は手をたたく数を数えましょう。

### 「まとあてゲーム」の進め方

#### 1 準備

班の数分のコートが必要です

1コート

カラーコーン	1個	.....	半径1m以内の円の中に置く
段ボール箱	1箱	.....	半径1m以内の円の中に置く
ペットボトル	2本	.....	半径1m以内の円の中に置く
ソフトバレーボール	.....	1つのチーム員の半分の数(8人のチームなら4個)	

### 2 「まとあてゲーム」の進め方

小さい円の中心に置いてあるカラーコーン、段ボール箱、ペットボトルにボールを当て、小さい円から出すゲームです。

1チームに1コート使います。

1つのチームを2つに分けてあります。その1つのチームがボールを投げて、まと(カラーコーン、段ボール箱、ペットボトル)にあてて、小さい円からまとを出しましょう。

もう一つのチームは、ボールを拾って投げている人に渡しましょう。チーム同士の競争ですから、早く拾って渡した方が、何度も投げられて、たくさん点数がとれます。

投げる人は、大きい円の外から、まとをめがけて投げます。

ボールを投げるチームは、始めに全員1個ボールをもちます。

投げる場所は、円の周りならどこでもいいです。自由に動いて、楽しくやりましょう。

ゲームの時間は、2分間です。2分たったら、投げるチームとボールを拾うチームは交替します。

まとを円から出すと、1点です。ゲーム終了後、点数を確認しましょう。

1年もとる