



# ぼんチャレンジピック

梵珠少年自然の家

## 1 活動のねらい

- ・グループで取り組むことによって仲間意識を高めることができます。
- ・グループ内でのコミュニケーションを深め、協力する態度を養うことができます。
- ・各種目を楽しみながら、よろこびや満足感を味わうことができます。

【教科への対応】 小学校：学級活動など 中学校：学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 野外活動など

## 2 活動の概要

ぼんチャレンジピックとは、性別、年齢、運動技能に関係なく、手軽に各種目を楽しみながら誰でも高得点を狙えるチャンスがある活動です。10種目の通常編のほか、初級編や上級編もありますので、活動する者の発達段階等を考慮し、種目を組み合わせて行うことが可能です。種目の詳しい内容等は、別紙指導資料をご覧ください。

### (1) 人数 160人以内

※一度に実施できるのは、80人程度のため、他のプログラムと組み合わせて実施することが望ましい。

### (2) 対象 制限なし

### (3) 期間 通年

### (4) 時間 2～3時間（説明20分+活動100～160分）

### (5) 場所 体育館、研修室1・2

### (6) 経費 無料

### (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



<洗面器松ぼっくり投げ>

## 3 準備物

団体	救急薬品
個人	運動しやすい服装
自然の家	鉛筆、ビブス、チーム記録カード、クリップボード、用具一式、新記録カード

## 4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
種目担当者	実施種目数に応じて数名。各種目の記録確認、計時、安全管理と活動支援を行う。

## 5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ルール、安全管理について説明</li> <li>・各グループに活動順番について説明</li> <li>・鉛筆、ピブス、チーム記録カード、用具一式の貸出、配付</li> </ul>
活 動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・種目担当者は、各用具の準備及び設置を行う。</li> <li>・活動順番に従って同時にスタート。（種目ごとの制限時間を設ける）</li> <li>・以下の種目から実施したい種目を組み合わせて行うことが可能です。</li> </ul> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>【通常編】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ペットボウリング</li> <li>②空きカンつみ</li> <li>③洗面器松ぼっくり投げ</li> <li>④あずき皿うつし</li> <li>⑤CDこま回し</li> <li>⑥かさバランス</li> <li>⑦紙ちぎりのぼし</li> <li>⑧そろ目出し</li> <li>⑨キャップ積みバランス</li> <li>⑩鉛筆たて</li> </ol> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p><b>【初級編】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① ばっくんボール</li> <li>② ジャンボサイコロ</li> <li>③ お玉でピンポン</li> <li>④ ミニわなげ</li> <li>⑤ スリッパとばし</li> </ol> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%; margin-top: 20px;"> <p><b>【上級編】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① トランプタワー</li> <li>② フラフープ回し</li> <li>③ ピンポンバスケット</li> <li>④ けん玉</li> <li>⑤ うちわでティッシュ</li> </ol> </div>
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> <li>・得点結果をチーム記録カードに書き込む。</li> <li>・ふりかえり（各チームの合計得点の発表）</li> <li>・各グループでの最高得点者や、各種目での最高得点者などをみんなで称える。</li> <li>・借用物品を返却</li> </ul>

## 6 実施上の留意点

- ・各種目のルールについて把握しておく。
- ・グループ内で各種目に取り組む過程が重要なので、種目担当者は行き過ぎた助言等はないようにする。

## 7 安全に実施するためのポイント

- ・ストレッチなど準備運動をしてから行う。
- ・熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）



<キャップ積みバランス>



<かさバランス>

**【改訂ポイント】**  
 活動の流れの【通常編】  
 に加え【初級編】【上級  
 編】を追加した。