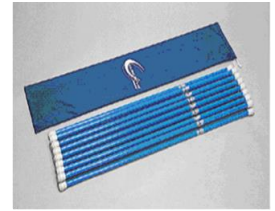


キャッチング・ザ・スティック



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内 屋外	10人程度	小学生以上	中度



特色

<専用スティック> 1セット16本

横一列に並んだ10人が1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、スティックを床につき、パッと放して、すばやく右へ移動し、右側の人スティックをキャッチする。何回続けてキャッチできるかを楽しむ。連続記録に挑戦したり、音楽に合わせて楽しんでみるもよい。小学生～高齢者まで一緒に遊べるスポーツ。

コート

10人程度が遊べるスペースがあれば、床や畳でもできる。

始める前に

1 チーム10名、内8人は2本のスティックを持って列の右側端から待機する。
 ※年齢に応じて、スティックを1本にするなど、難易度を工夫したい。
 また、1本で行う場合は片方の手で行うようにした方がよい。

競技方法

- 1 チームのリーダーが「せーの」と声をかけ、「トントン」と2回床にスティックを打ち付ける。
 ※「トントン」の時は必ず床からスティックを離さなくてはならない。
- 2 2回打ち付けた後、2本のスティックを8人が同時に放し、すばやく右へ移動する。
 この時、右にいた人が放したスティックをすばやくキャッチする。
- 3 右端にいた人は、速やかに左端に移動する。



- 4 カウントは、全員が右へ移動する度に数える。
- 5 1人でもスティックを床に倒したり、取り損ねたりした時にはアウトになる。
- 6 競技中は、全員で「トントン、パッ!」と、声をかける。

いろいろなバリエーション

- 1 **連続キャッチ挑戦** 何回連続でキャッチできるかチャレンジするもの。
 (日本記録:1652回 佐賀県記録:431回)
- 2 **スピードキャッチ** 3分間に何回キャッチできるかチャレンジするもの。
 「トントン、パッ!」の掛け声1回につき1点。
- 3 **音楽に合わせて** 好きな音楽に合わせてキャッチするもの。三拍子の曲がベスト。
 (例)うみ、ふるさと、赤とんぼ、こいのぼり など

キャッチング・ザ・スティック スコアカード

チーム名	1回戦	2回戦	3回戦	4回戦	5回戦	合計

チーム名	1回戦	2回戦	3回戦	4回戦	5回戦	合計

チーム名	1回戦	2回戦	3回戦	4回戦	5回戦	合計