キンボールの手引き

1　期待される効果

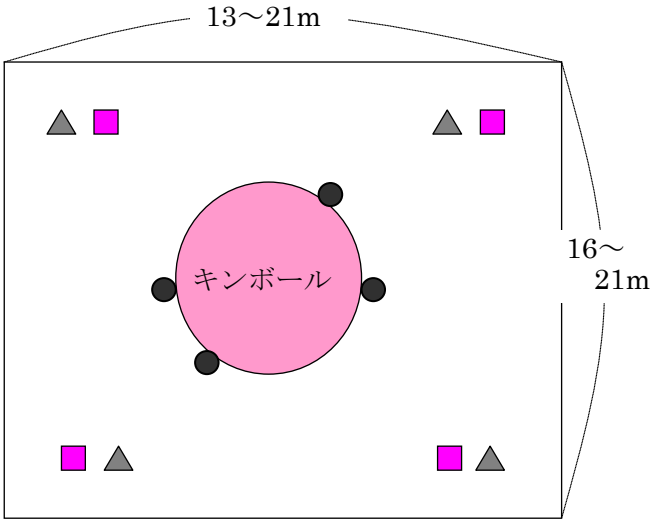
自然・感性	克服・達成	創意・工夫	自主性・協調性	リフレッシュ・体力
		★★	★★★	★★

2　対象及び実施時期

学校団体、自然体験活動団体、企業や子ども会などの団体
小学生以上（２４人程度まで）　通年

3　道具・コート

キンボールセット



●＝ヒットチーム，■▲＝レシーブチーム

4　プログラムの流れ

準備・説明　10 分

道具の受け取り
コート設営
ルール説明

↓

活動　60 分

１チーム４人，３チームでプレーする。
122cm の大きなボールをヒットやレシーブを繰り返し，失敗したら他チームに得点が与えられる。

【ヒット】･･･手や腕でホールを打撃すること。
- レフリーのホイッスルの合図で試合開始となり，コート中央のヒットチームの３人がボールを支え，残りの一人がボールをヒットする。
- ヒットするときは，「オムニキン」と言い，続いてレシーブチームの色を叫ぶ。
- ボールは，上に向かって飛ばすか，まっすぐ飛ばすかして 1.8m 以上飛ばさなければならない。（必ずコート内に落ちなければならない）

【レシーブ】
- ヒットされたボールは，指定された色のレシーブチームが床に落ちる前にレシーブする。
- 一人目がレシーブのためにボールにふれてから，10 秒以内に３人がボールを支え，ヒット体勢を作る。

↓

片づけ　5 分

人員・健康状態の確認
道具返却

5　準備物

『交流の家』　キンボールセット，タイマー　等
『利用団体』　運動に適した服装，体育館シューズ，笛　等

6　その他の楽しみ方

- 年齢や対象に合わせて，鬼ごっこ・大玉転がし，転がしドッジボール，大玉相撲などの活動ができます。