


No.	408	ラダーゲッター			
概要	ひも付きボールを投げて、ラダーに引っかけて、得点やスピードを競い楽しむゲーム。				
内容	人数(人)	~40人	時間	1~2時間	
	対象	フリー	時期	通年	
	場所	多目的ホール、体育館、第5研修室			
	指導形態	自主活動 ・ 職員による事前の説明のみ ・ 職員による直接指導			
安全管理	引率者による、参加者の観察。状況に応じては、職員と情報交換。				
ねらい	ルールを守ったり、チームで作戦を考えたりして活動を行いながら、仲間との交流を深める。				
準備	施設から貸出	ラダーゲッターセット(3セット)			
	団体で準備	水分補給用の飲料、(体育館の場合:運動靴)			
	確認事項	グループ分けをしておく。(2~3グループ)			

	内 容	留意事項
活動前	<ul style="list-style-type: none"> ○グループを分けておくと良い。 ○必ず投げる練習をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ボールが硬いので、投げる練習をするときは、前に人がいないようにする。 ○コントロールがつきにくいので、下手投げで安全にボールを投げる。
活動の説明	<p><ルール></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインからラダーまでの距離は7.5mとする。 ・投げ方は、アンダースローとする。 ・2チームで行う。先攻が、手持ちの3つのボールを連続で投げる。投げ終わったら、後攻が、同じく3つのボールを連続で投げる。 ・一番上のバー:3点。真ん中のバー:2点。一番下のバー:1点。地面にバウンドしてバーに引っかかる:5点。とする。 ・このプレイを繰り返し、21点先取した方を勝ちとする。21点を超えてしまった場合は、その点数が無効となり、オーバーした前の得点から始めなくてはならない。 ・ゲームは、シングルス戦(1人対1人)、ペア戦(2人対2人)、チーム戦等で行います。 	<ul style="list-style-type: none"> ○一般的なゲームの他に、チャレンジゲームの一つとして、スピードラダーゲッターもある。これを行っても良い。 ○研修団体の年齢や体力等により、距離を短くするなど工夫することもできる。
展開	<ul style="list-style-type: none"> ①準備 ②ルール説明 ③ゲーム ④片付け 	

