

ヘルシーキッズ宝あつめ鬼ごっこ

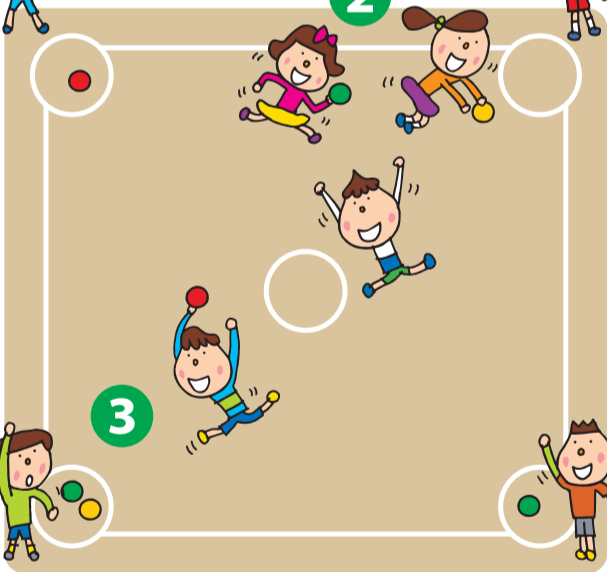
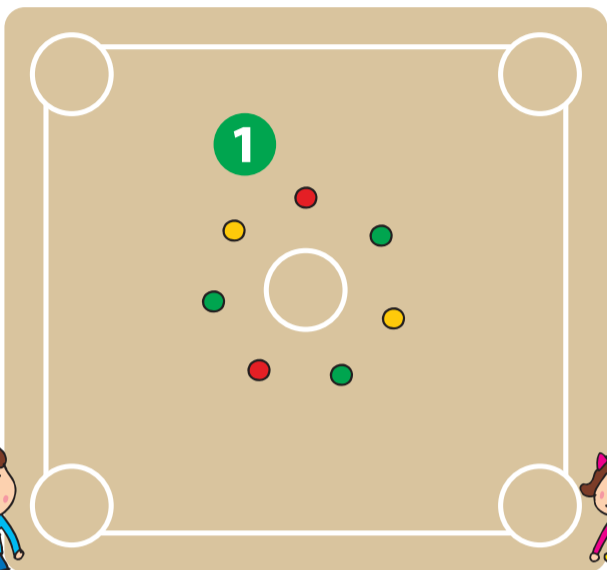
対象:小学校3年生以上  
人数:12人から24人

コート:1辺8メートル  
道具:宝になるもの

スピード ★★★  
スタミナ ★★★

バランス ★★★  
丈夫な骨 ★★★

チーム力 ★★★



●あそびかた●

①4人前後が1チームとなり、4チームで対戦する

●コート(1辺8メートル程度)の中央に赤・黄・緑の合計7つの宝をおく

●コーナーを各陣地とする

●一人ずつ順番に宝を自分の陣地に集める

●一番前の人には宝を中央に取りに行く

②次の人は中央またはほかの陣地に宝を取りに行く

③3色の宝を早くそろえたチームが勝ち

アレンジしよう!

◆宝を陣地におくときは、その色のはたらきの食べものの名前を言う  
「赤」肉・牛乳、「黄」ごはん・うどん、「緑」きゃべつ・りんご など

「食べものはたらき」(ポスター)を参考にしな!

ヘルシーキッズ宝あつめ鬼ごっこの効果

- ・宝を取りに走りまわると体力がつくよ!
- ・方向を変えたり、しゃがみこみでバランスのとりかたが上手になるよ!
- ・チーム内でなかまを応援したり、声をかけあって仲良くなるよ!