学校・団体

千葉市少年自然の家プログラム　施設利用

スポーツリバーシ

プログラムの概要・ねらい

表と裏で色が違う円盤型のミニマットを使用して行うリバーシ（オセロ）的なレクリエーションゲームで、シンプルだからこそ様々な活動に取り入れやすいプログラムです。

場所	プレイホール（半面での貸出） 集いのホール等の屋内		
時間			
値段	無料		
季節	年間	人数	

準備物

【利 用 者】体育館履き、活動に適した服装
救急用品など

【自然の家】スポーツリバーシマット 30 枚

①準備

サービスセンター受付で道具を受け取り、活動場所の安全確認をおこなう。
活動の前には準備運動をしっかりと行う。

②実施の流れ

＜スポーツリバーシブル：1ゲーム3セット　チーム戦（5名前後：人数合わせる）＞

青・黄2チームに分かれて、制限時間内にいかに自軍の色に多く変えられるかを競うゲーム。2セット先取で勝ちとなるが、3セット目まで行うこととする。

① 1セット目と3セット目：制限時間1分間　チーム全員参加の団体戦
適宜決めたコートの外で待機し、引率者のスタートの合図とともにコート内に入って開始する。

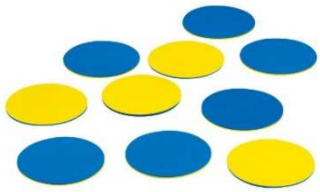
② 2セット目：制限時間20秒間　少人数選（1対1、2対2　どちらでも可、チーム全員が順番に参加する）
引率者の合図で次の選手と交代、交代の際はタッチして次の選手がコート内に入る。

③ ゲームは引率者の合図で終了し、選手はコートの外に出て待機する。

④ 引率者がそれぞれの色の枚数を数え勝敗の判定をする。

注意事項：

・リバーシマットは投げないようにする。
・リバーシマットがコートから出てしまった場合は、引率者や周りの人がコート内の適当なところにリバーシマットを裏にして入れる。
・同一人物が同じリバーシマットを2回連続してひっくり返さない。
・座って同じ場所に居座らない。
・ゲーム終了の合図の後に変えたリバーシマットは元にもどす。



＜スポーツリバーシブル：シンプルVer＞

① 1セットのみの1発勝負　制限時間2分間　チーム全員が参加する団体戦
適宜決めたコートの外で待機し、引率者のスタートの合図とともにコート内に入って開始。

② ゲームは引率者の合図で終了し、選手はコートの外に出て待機する。

③ 引率者がそれぞれの色の枚数を数え勝敗の判定をする。

＜ボール運び：チーム戦＞

青・黄２チームで判れて、ボールを運ぶゲーム。制限時間はチーム人数に合わせて適宜調整する。

① ボールを床にたくさん散りばめる。
② ２人一組となり、両名が「片手」で１枚のリバーシマットを持って自軍のスタート位置につく。
③ ２人でリバーシマットの上にボールを載せて、自軍まで運ぶ。（一度に何個運んでも良い）
④ 自軍までもどった２人組は、次の２人組にマットを渡す。
⑤ 制限時間内にたくさんのボールを集めたチームが勝ち。

その他、ケンケンパ遊びやマーカー代わり、縦に転がして遊ぶ等の様々な遊び方ができます。

③後片付け

備え付けの掃除用具で、使用した部屋の床を清掃し、使用した器具や用具を元の場所へ片付ける。
倉庫の鍵をサービスセンター受付へ返却する。
器具や用具に破損や故障があった場合は、サービスセンター受付に申し出る。

2025/03/01 改訂