

# レク材紹介 20/06/13

## レク材紹介

## 屋内でできる遊びを紹介します

### テーブルカーリング

- 材 料：紙コップ(今回は27cm径)  
木の球(百円ショップで購入)  
ゴルフボールでもOK
- 遊び方：チーム戦でテーブルから落とす  
競技をして残った数で競う。  
②写真のように、エリアを決めてシャッフルボードの  
ようにしてから、点数を競う。

### ○アレンジや指導のポイント

- ・チーム戦の場合、紙コップの色を変えるとわかりやすい。
- ・無地の場合、ペンで模様を描くとマイカップの意識が強くなる。
- ・ビー玉やピンポン玉等自重がない場合は、転がしても動かない。
- ・チーム戦にして、投げ手が交代するやり方もある。
- ・縁のないテーブル(折り畳みテーブル)などでは、勢いよく投げると落ちる。そのドキドキ感がおもしろい。



## 安全・簡単

### 新聞紙のフライングディスク

- 材 料：新聞紙1枚  
セロハンテープ  
ふたにする紙(円型)
- 作り方：1枚を4回折り曲げる。  
テーブルの脚などで丸みをつける。  
両端をテープで留める。  
ふたとなる円型の紙をテープで留める。
- 遊び方やポイント  
普通のフライングディスクのように投げて遊ぶ。  
標的に当てる遊び方やバケツなどに入れる遊び  
方もある。円型は皿で縁取りすると早い。

