

体力向上チャレンジタイム実施について

- 1 目的 (1) 体力の向上を図る。
(2) 運動を通して、他学年を含めた様々な生徒と交流の機会をもつ。
- 2 日程 11月6日(水)・11月7日(木)
- 3 対象 1～3年生の参加希望者
- 4 係生徒 前・後期体育係(1、2年生)
- 5 種目 アルティメット
- 6 参加方法 希望者は10月25日(金)16時までに、昇降口の名簿にチェックする。
- 7 当日の動き

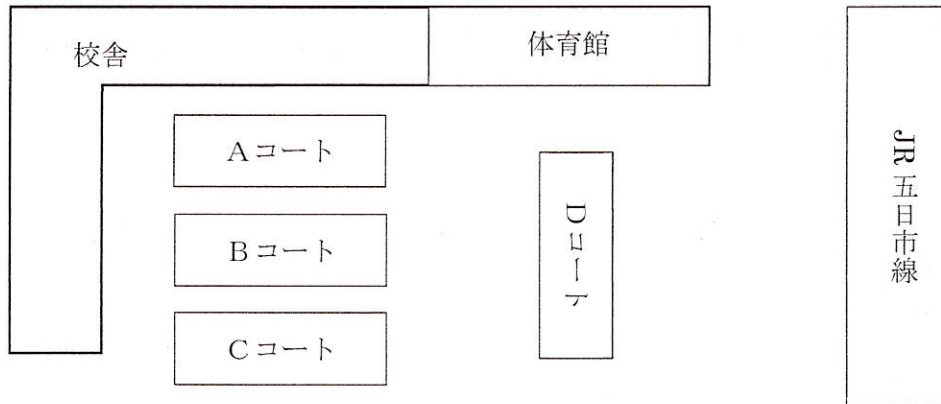
時間	生徒の動き
13:30	終学活終了
～	更衣を済ませて校庭に集合する。 ※荷物は校庭へ持って行く(芝生)
13:45	・集合完了 ・説明 ・チーム発表 ・準備運動 ・活動開始
14:20	活動終了 ※更衣なしで下校

8 ルール

- ・1チーム男女混成の5～7名で構成する。(チームは係生徒が決めて、その場で微調整する。)
- ・試合は3分の総当たり戦で行う。
- ・プレイングフィールド内でディスクをパスによって運ぶ。パスの方向に制限はない。
- ・プレイングフィールド内の端に設けられたエンドゾーン(自己陣地側)でディスクをキャッチすると得点(1点)になる。
- ・パスやキャッチを失敗して、ディスクが地面に落ちた場合はターンオーバー(攻撃権の移動)となり、その場から相手チームの攻撃が始まる。
- ・ターンオーバーとなるのは、「ディスクを持って歩いたり走ったりした」「サイドラインやエンドラインを踏んだり、踏み越えたりした」「ディスクを持った人が10秒以上ディスクを話さなかった」「身体接触があった」「守備側がパスカットした」などの場合である。
- ・ディスクを持っている人は、その位置から移動することはできない。軸足の位置を変えずに反対の足でステップを踏むことはできる(バスケットボールのピボットと同様)。
- ・動きながらパスをキャッチし、止まるために必要な歩数は認められている。
- ・コート内でキャッチし、止まりきれずにコート外へ出てしまった場合は攻撃権を変えずに出た地点から攻撃を継続する。

9 会場図

- ・参加人数によってコート数を決める。最大4コートで実施。



10 準備日程

月	日	曜	アルティメット部
10	15	火	保護者通知文配付
	31	木	第1回部会：ルールの確認、チーム分け、当日の動き、分担確認、用具準備
11	1	金	第2回部会：1回目の続き ※前日に確認ができた場合は行わない
	6	水	チャレンジタイム1日目
	7	木	チャレンジタイム2日目、用具片づけ、ふりかえり

11 職員分担

- | | | | |
|------------|------|-----------|----------|
| ○係生徒指示 | 関、安田 | ○競技全般 | 関、安田 |
| ○保護者通知文作成 | 安田 | ○用具準備&片づけ | 体育的行事委員会 |
| ○当日グラウンド観察 | 関、綾部 | | |

12 実行委員会

- 【1年】黒崎美晴、大澤優稀、遠藤綾人、二上南葵、中田健太、福士真唯、後期体育係
 【2年】野家拓人、加藤樹菜、武内徹平、石川月香、富永悠真、中城こころ、後期体育係
 【役割】運営（司会・チーム分け）、広報用具