

Nansato



南郷FCスポーツ少年団

## 大運動会プログラム

8:30 ① 閉会式

---

8:45 ② 準備体操

---

9:00 ③ ドリブルリレー

---

9:30 ④ 追いかけて玉入れ

---

10:00 ⑤ 綱引き

---

10:30 ⑥ PK 合戦

---

11:00 ⑦ 親子サッカー

---

12:00 ⑧ 閉会式

---

12:15 ⑨ 昼食

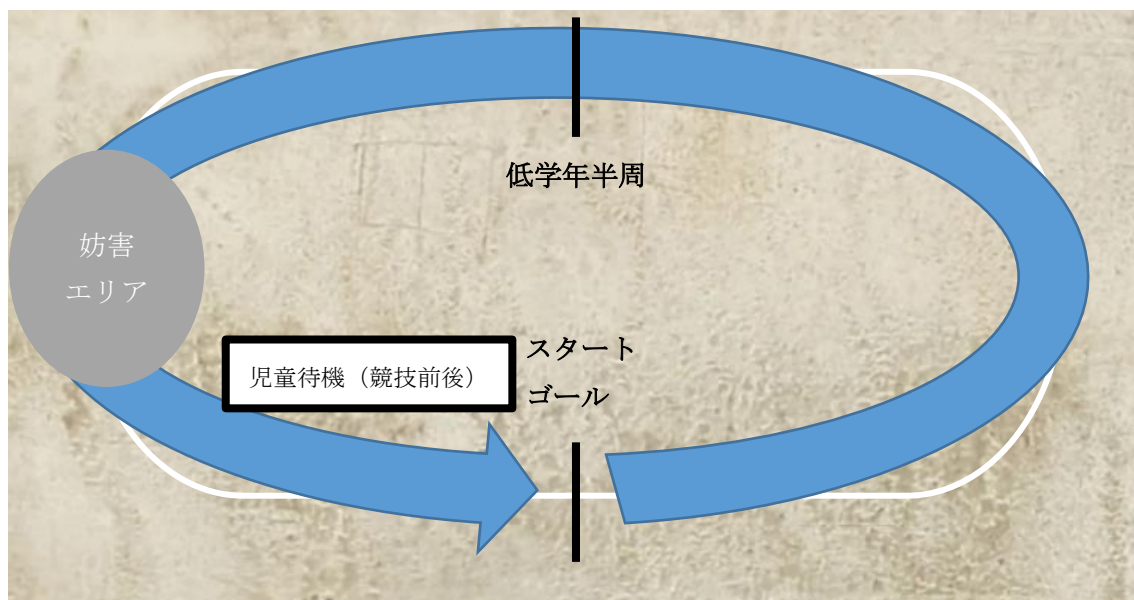
\* 昼食以降も校庭は使用できるので、親子サッカーなど好きにお使い下さい。

<内容>

① チーム対抗ドリブルリレー 予定時間 30 分

学年ごとに距離を変える(幼児低学年はトラック半周、高学年は1周)

コーチの妨害を避けて走ろう

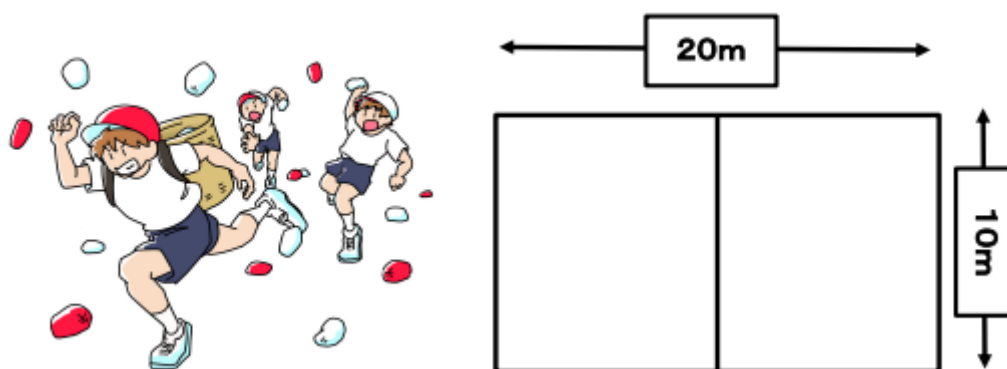


② 追いかけて玉入れ (前回の参考) 予定時間 30 分

前半 30 秒・後半 30 秒 結果発表 4 分

カゴを背負う人: チームの中から一人選抜し敵のカゴを背負うか、チームでコーチを指名する

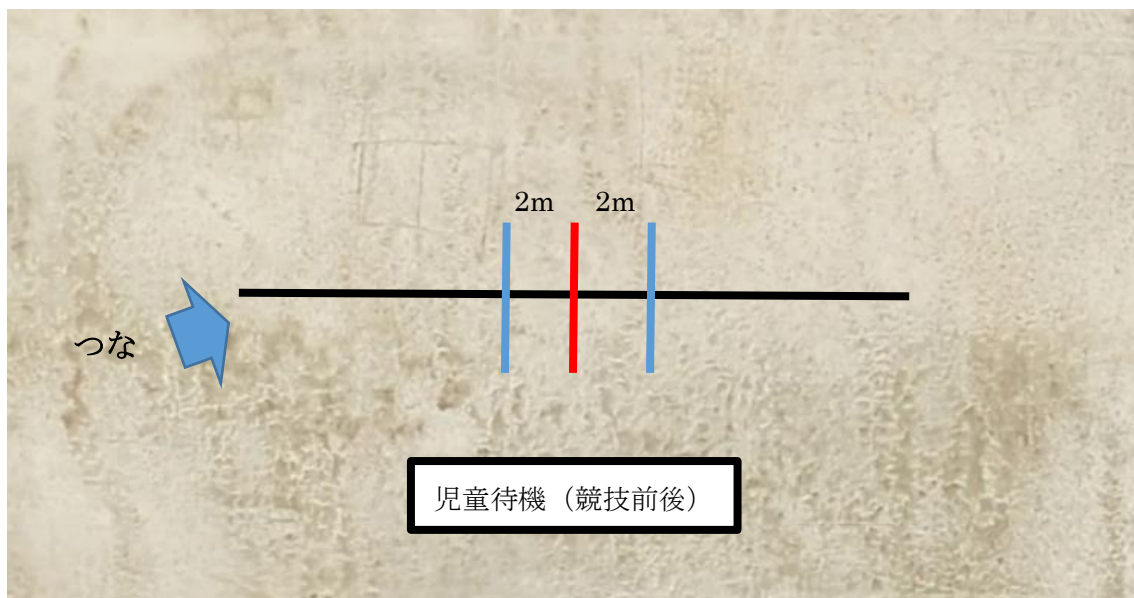
コートの外で児童待機⇒笛の合図⇒コート内に入り玉入れ開始



\* 競技終了後、子供たちに玉をすべて拾ってもらい、

玉入れ係が、玉入れのカゴと一緒に荷物置き場へ移動させる

③ 綱引き（前半 30 秒・後半 30 秒 約 3 分程度）



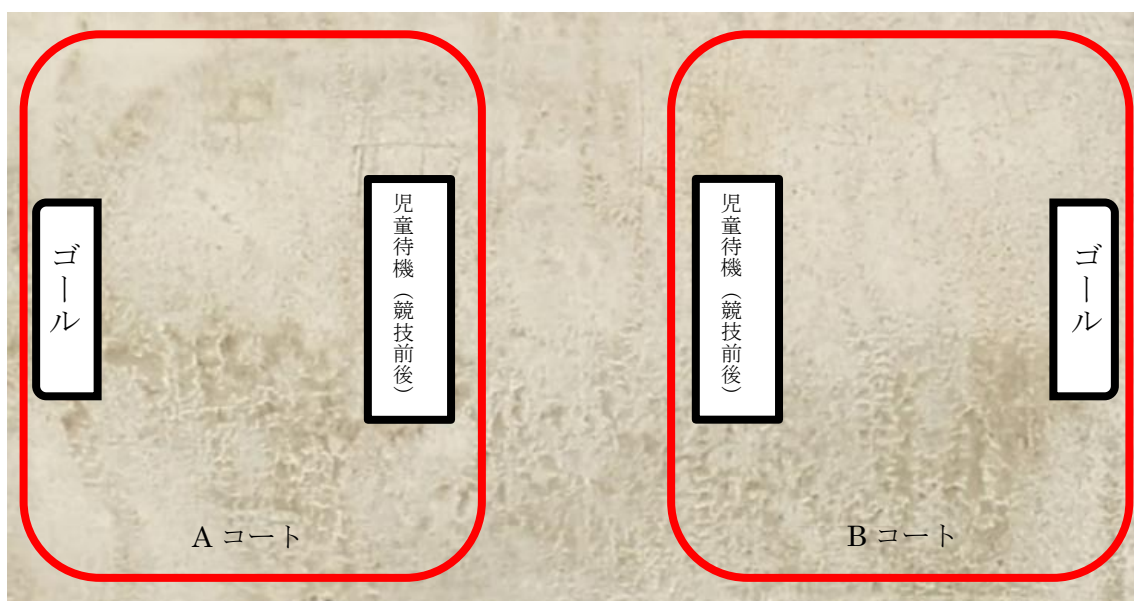
\* 競技終了後、綱引き係が、縄を丸めて荷物置き場へ移動させる

④ PK 合戦（予定時間 30 分）

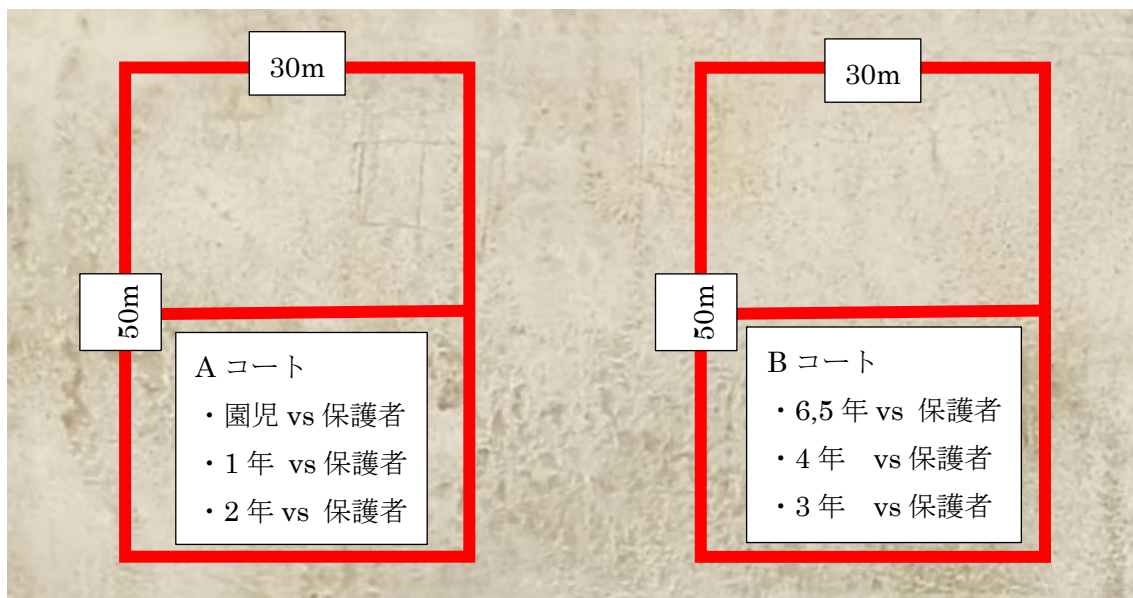
学年により距離を近づける

幼稚園児は同時に打つハンデ

コーチがゴールキーパーをやりチーム事の獲得点数で勝負します



⑤ 親子サッカー（予定時間 60 分）



<備考>

- ・チームに分け親子サッカー以外の競技はチーム戦（チーム数は人数で判断）
- ・閉会式に順位発表
- ・参加賞を準備し、上位チームから獲得していく
- ・昼食はおにぎり持参してもらい、ブタメンを配給（予算により保護者はカップスープ）