

キャッチング・サ・スティック

どんなスポーツ？	1チーム5人以上で円陣をつくり、スティックを受け渡していくゲームです。5人以上なら何人でもできます。
やる場所	屋内外
人数	1チーム5人以上
1セットの内容	とんぱあ棒16本×2セット 10本×2セット 15本×1セット
所有総数	5セット
運動の強度	やや強い



↑ 1セットの内容

ルール	①内側を向いて円形に並ぶ。
	②1人2本のスティックを持つ。
	③リーダーの合図で「トントン」とスティックを2回床に打ち付けます
	④打ち付けた後、2本のスティックを左隣の人の前でパツと離します。
	⑤離した後、右隣の人が目の前で離したスティックをキャッチする。

《勝敗》

- ・チャレンジは3回までとし、その中の最高記録をチームの記録にする。
- ・一人でもアウトの場合は、その時点で終了となる。
- ・カウントは全員がキャッチできるたびに行う。

《アウトとなる時》

- ・「トン・トン」の時、1人でも床からスティックを浮かしていない者がいた場合。
- ・次の人がキャッチしやすいようにスティックを押さえたまま手渡しした場合。
- ・スティックがキャッチできなかった場合。



《その他の遊び方》

1チーム10人で行う。8人が横一列に並び、1人2本のスティックを持つ。スティックを持っていない人は列の左端に並ぶ。リズムに合わせてスティックを離し、素早く右横へ移動。隣の人々のスティックをキャッチする。右端の人は素早く左端に移動する。