室内ミニ運動会

2026年度版

ねらい 内　容	班対抗で、協力し合いながら各競技に挑戦します。 競技内容は目的、時間を踏まえ自由に設定してください。
対　象	幼児～
期　間	通年
人　数	約２００名まで
集合場所	活動場所
活動時間	１時間～２時間
活動場所	体育館、講堂
持ち物	記録用紙、筆記用具、その他各種目で必要な物
貸出品	フラフープ、メジャー、ドッチビー、長縄、バスケットボール、 ストップウォッチ、玉入れ、綱引きロープなど ※貸出品は体育館の備品庫にあります。講堂で行う場合は、体育館から移動して使用してください。
施設職員	説明：　なし　　対応：　なし 団体の指導者主体で実施してください。 貸出品が必要な場合は、職員までお申し出ください。
留意事項	・自分勝手な行動を慎み、班員全員で行動することを徹底する。 ・班ごとに進めていくか、あるいは一斉に種目を進めていくかを確認すること。

指導者の支援活動

１　場所と用具の確認
２　得点を確認する係を決めておく
３　ルール説明及び緊急時の対応の確認
４　班ごとに得点発表

子ども達の活動（班）

１　ルールの確認
２　班全員で協力、応援
３　記録表記入
４　ふりかえり
５　片付け・清掃

■活動展開例

～班で行う活動例～

①フラフープ上げ：班で協力し、人指し指を使ってフラフープを床から水平に持ち上げ、タイムまたは順位で得点をつける。

②フラフープ渡し：班で手をつなぎ、端の人から順番にフラフープに体を通していき、タイムまたは順位で得点をつける。

③１０M走　：タイムまたは順位で得点をつける。
走り方にルールを設けても良い。（けんけん、二人で手をつないで、など）

④円盤投げ　：ドッチビーを飛ばした距離で得点をつける。

⑤ナイスシュート：一人あたりの回数を決め、バスケットのシュートの入った本数の合計を得点とする。

⑥長縄跳び　：班で長縄を回す人を決め、跳んだ回数を得点とする。

⑦綱引き　：班対抗で引き、順位で得点をつける。

⑧新聞紙リレー　：新聞紙の上に乗り、破らないように一周して、次の人にリレーする。
※破れてしまった場合は、新しい新聞紙を使い、続きから行うこと。

～全体で行う活動例～

⑨早抜けジャンケン：時間を決め、１０人（※人数は自由）にジャンケンで勝ったらぬけていく。

⑩猛獣狩り　：指導者の掛け声に合わせて「猛獣狩りに行こうよ」「鉄砲持ってるもん」などのフレーズをリピートしながら輪になって歩き、最後に言われた動物の文字数と同じ人数でグループを作る。