

X(エックス)ロープ

Xロープの特徴は異なった2種目の競技をすることができることです。

【プルバトル】

仕切線を分けてお互いに引き合う一般的な綱引きゲームです。

【バランスバトル】

お互い両足を固定し、ロープ引っ張ったりゆるめたりして相手のバランスを崩すゲームです。



時期	通年	所要時間	1～2時間	人数	60名以内	
対象	小学生以上	活動場所	プレイホール、アセンブリホール、第一研修室			
準備物	自然の家で貸し出す物		団体・個人で準備する物			
	Xロープ ビブス(必要に応じて)		□汗拭き用タオル			
活動の手順	事前指導	<ol style="list-style-type: none"> 1 チームを編成する。(1対1 2対2 等) 2 用具を準備する。(プレイホール内用具室) 3 ルールを知る。 <p>【プルバトル】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ロープを張った状態で仕切線上にセンターポイントを重ね、審判係の合図でゲームを開始します。 ②1回の勝負時間は10秒程度とします。 ③時間内にどちらかの足が仕切り線に触れるか、仕切線を越えて引かれると負けとなります。 ④終了合図時のセンターポイントの位置によって勝敗が決定します。 ⑤両手でロープを握る形や両足の歩幅と位置は自由とします。 ⑥危険につき、勝負の途中でロープを放した場合は反則負けとします。 ⑦1回勝負又は3回勝負で勝敗を決定します。 <p>【バランスバトル】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ロープを適度に張った状態で、両肘を曲げて脇を締めて構えます。 ②両足を肩幅に開いた状態で固定し、審判係の合図でゲームを開始します。 ③お互いがロープを引っ張ったり緩めたりしながらバランスを崩し合います。 ④バランスを崩して、固定していた足が少しでも動いた方が負けとなります。 ⑤両手でロープを握る形や両足の歩幅と位置は自由とします。 ⑥危険につき、勝負の途中でロープを放した場合は反則負けとします。 ⑦1回勝負又は3回勝負で勝敗を決定します。 				
		活動の実際	<ul style="list-style-type: none"> ・ゲームに参加していないチームが審判をする。 ・トーナメント戦またはリーグ戦で行う。 <p>※ルールや判定でトラブルが生じた場合は、その都度話し合って解決していく。</p>			
		事後	<ol style="list-style-type: none"> 1 参加者のけがの有無を確認する。 2 用具の後片付けをする。 3 成績発表や表彰式を行う。(任意) 			
備考						