

スポーツデー 2025

競技種目詳細

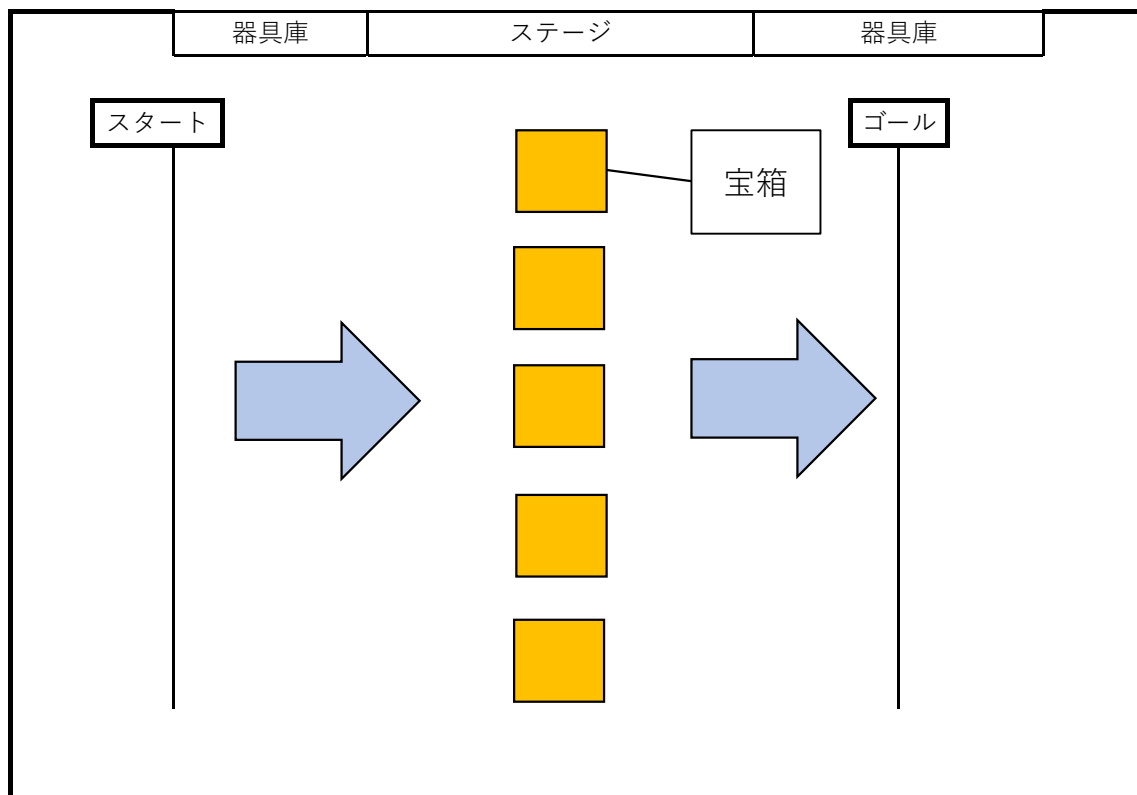
平川市 教育委員会 スポーツ課



「宝探し競走」

対象者：園児、保護者

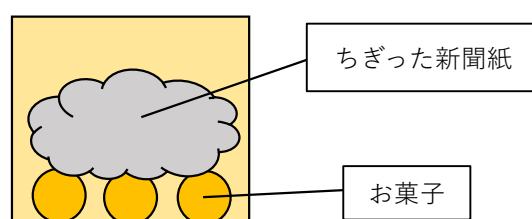
人数：40人程度（20人×2組）



- 手順**
- ①アトラクション後、スタート位置に園児が集合。
 - ②準備物の設置。
 - ③準備中に競技説明。
 - ④競技開始。

ルール スタートしたら途中にある宝箱からお菓子をひとつ取り、ゴールまで走る。
保護者の並走可能。

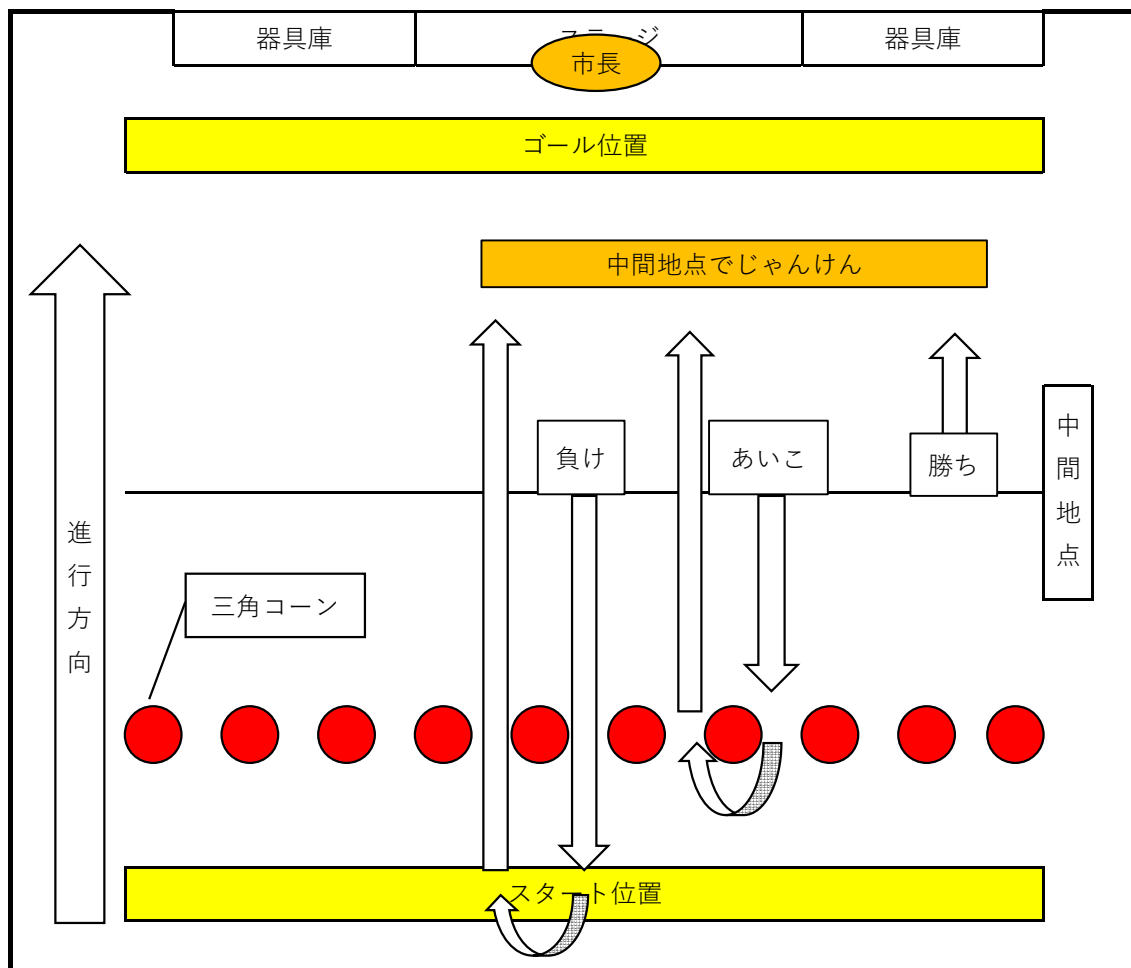
準備物 お菓子、段ボール箱×5、新聞紙



「じゃんけん競走」

対象者：小学生

人数：40人程度（10人×4組）



- 手順**
- ①参加者がスタート位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置、市長の誘導。
 - ④競技開始。

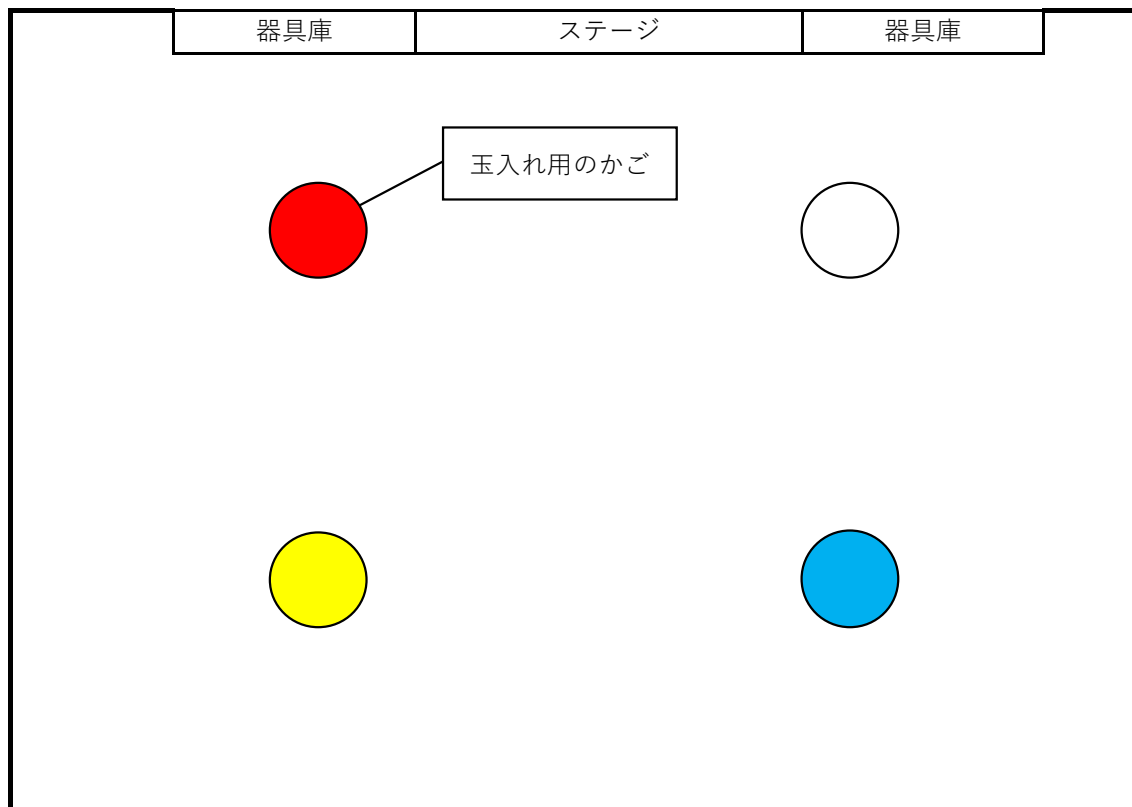
ルール 中間地点まで走り、市長とじゃんけんをする。
じゃんけんで勝てばそのままゴールへ走る。
あいこなら三角コーンまで戻り、折り返してゴールへ走る。
負けたらスタート位置まで戻り、折り返してゴールへ走る。

準備物 じゃんけん用のプレート（3種類）、三角コーン

「玉入れゲーム」

対象者：園児

人数：24人（6人×4チーム）



- 手順**
- ①参加者が競技位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④競技開始。

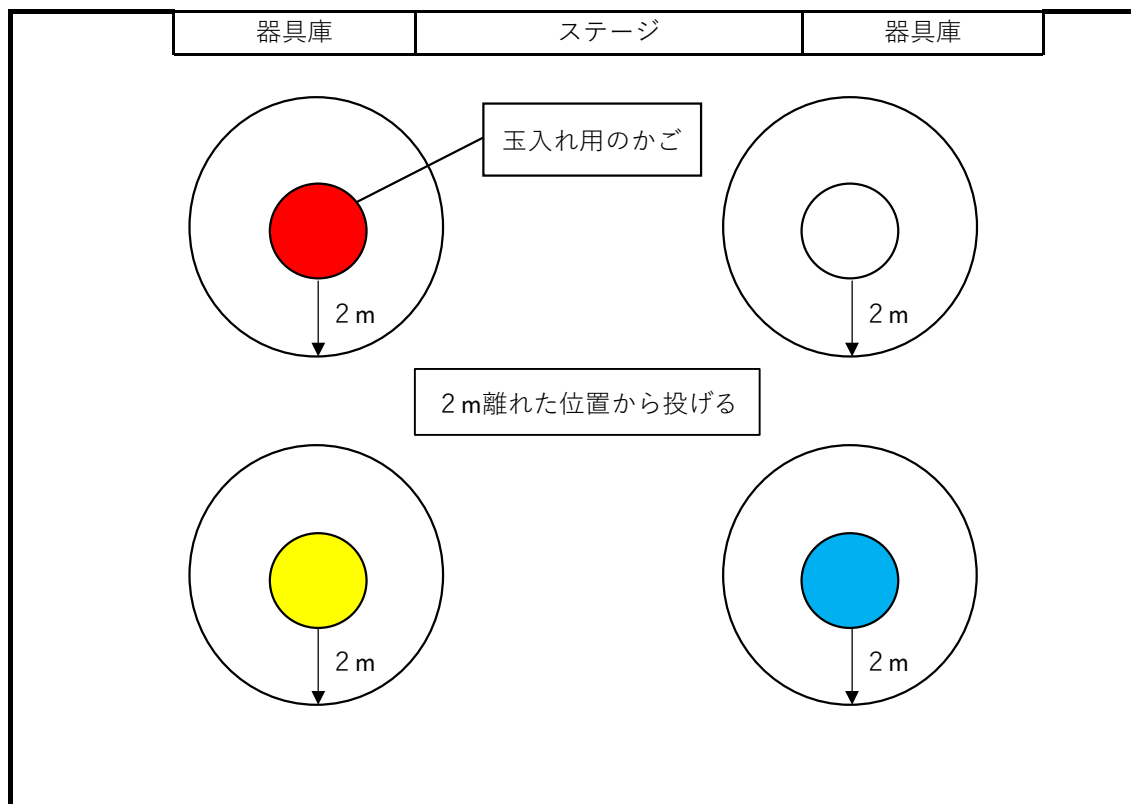
ルール 60秒間で、かごに入れた個数を競う。
すべての玉を入れた場合はより早く入れたチームの勝ちとなる。

準備物 玉入れ用のかご、玉

「玉入れゲーム」

対象者：障がいのある人

人数：24人（6人×4チーム）



- 手順**
- ①参加者が競技位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④競技開始。

ルール

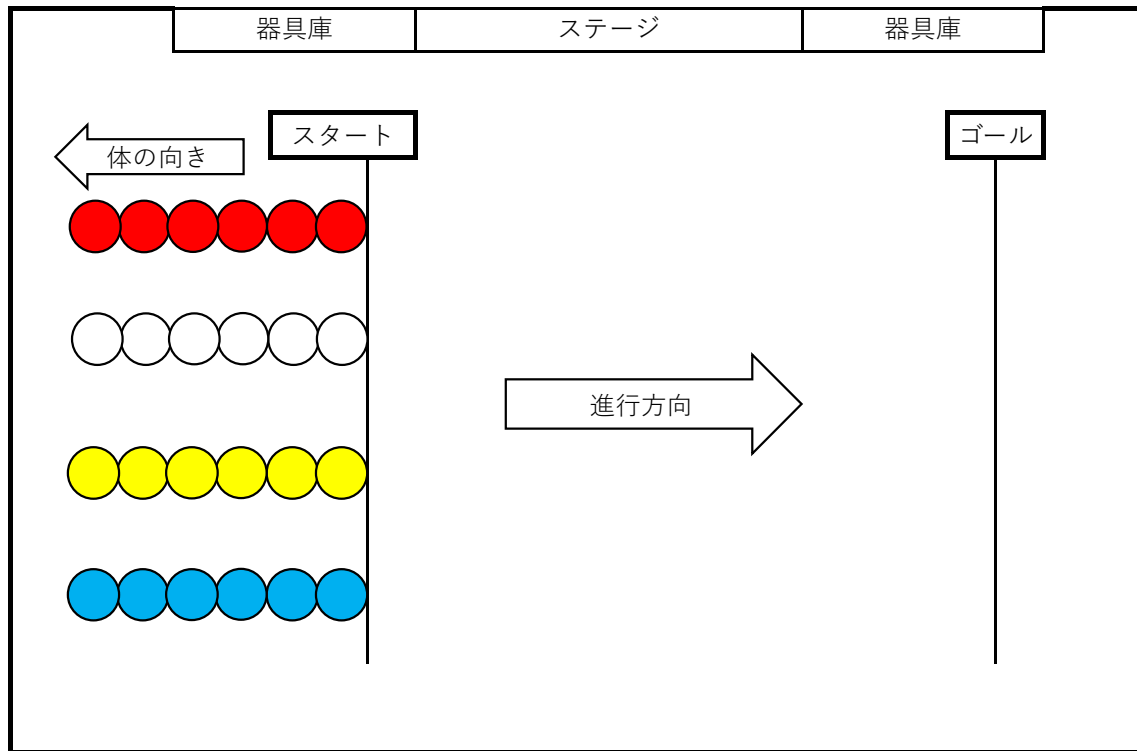
2 m離れた位置からかごに向かって玉を投げる。
かごはひざ下程度の高さに設置。
60秒間で、かごに入れた個数を競う。
すべての玉を入れた場合はより早く入れたチームの勝ちとなる。

準備物 玉入れ用のかご、玉

「ボール渡しリレー」

対象者：大人

人数：36人（6人×4チーム）



- 手順**
- ①参加者がスタート位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④競技開始。

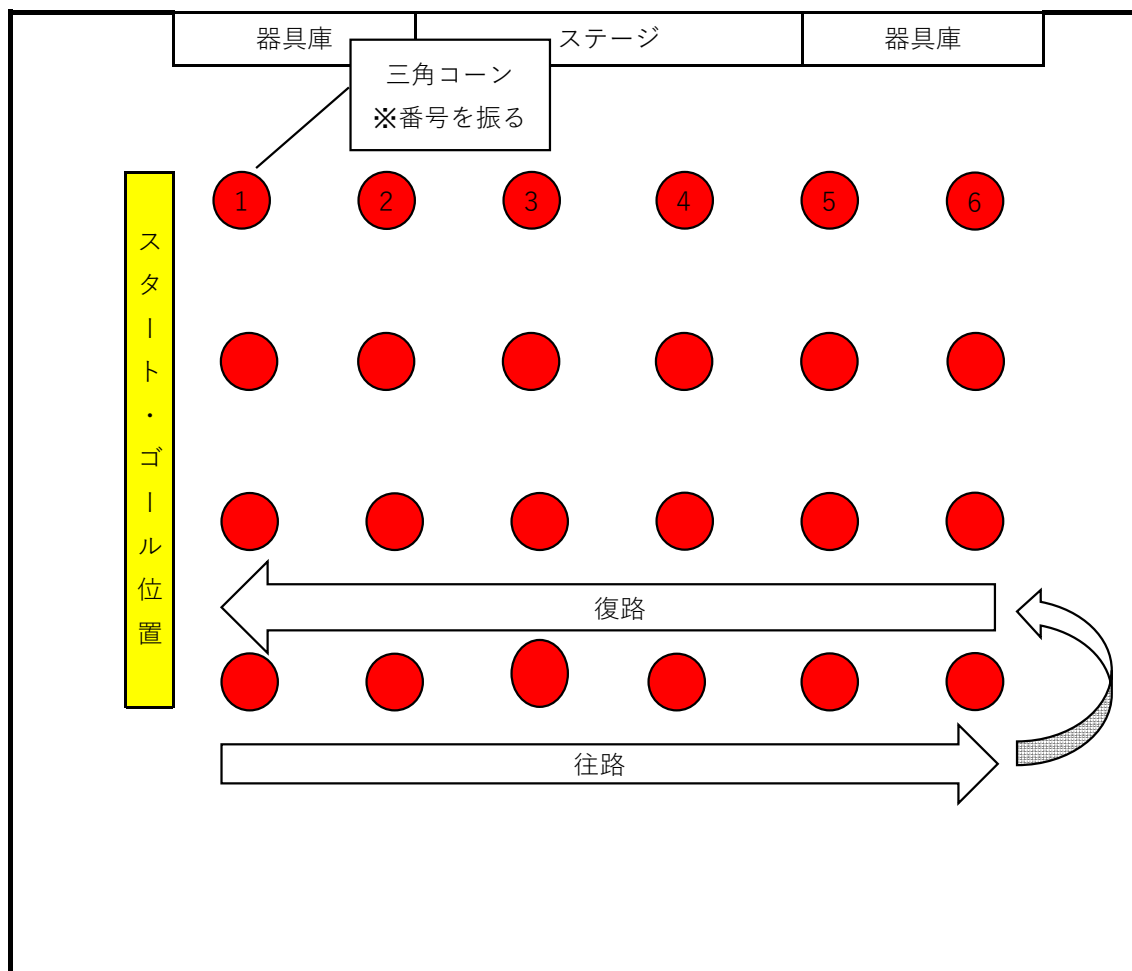
ルール 後ろ向きに6人で並ぶ。
ボールは股下を通して、後ろの人へ渡す。
ボールを渡した人は最後列に移動し、前の人からボールを受け取る。
以上を繰り返し、ゴールラインをボールが過ぎた時点でゴールとする。

準備物 ボール

「サイコロリレー」

対象者：小学生以上

人数：40人程度（5人×4チーム×2組）



- 手順**
- ①参加者がスタート位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④競技開始。

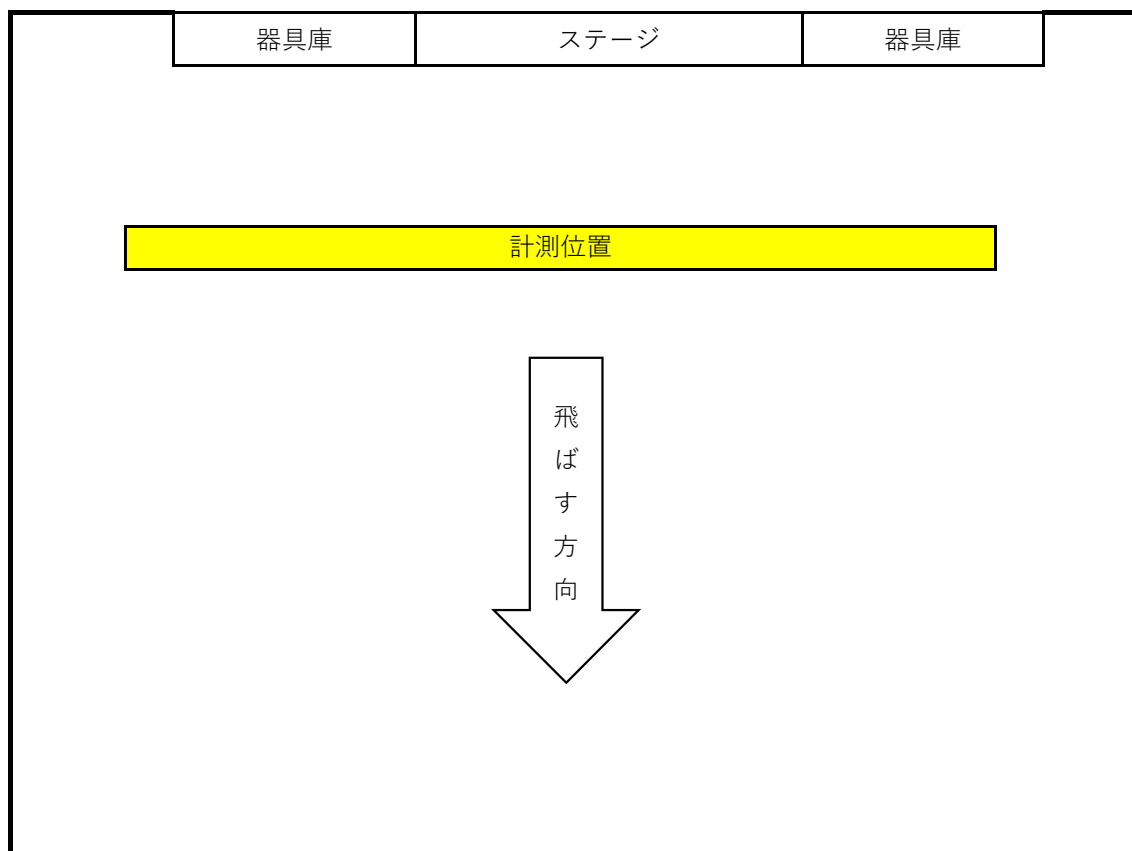
ルール サイコロを振り、出目の数と同じ番号の三角コーンまでサイコロを持ったまま走り、コーンの外側を回ってスタート位置まで戻ってくる。
サイコロはバトンとして次の走者に渡す。
以上を繰り返し、アンカーがゴールしたら終了。

準備物 三角コーン、サイコロ、ビブス（アンカー着用）

「スリッパ飛ばし」

対象者：誰でも

人数：30人程度



- 手順**
- ①参加者が計測位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④競技開始。

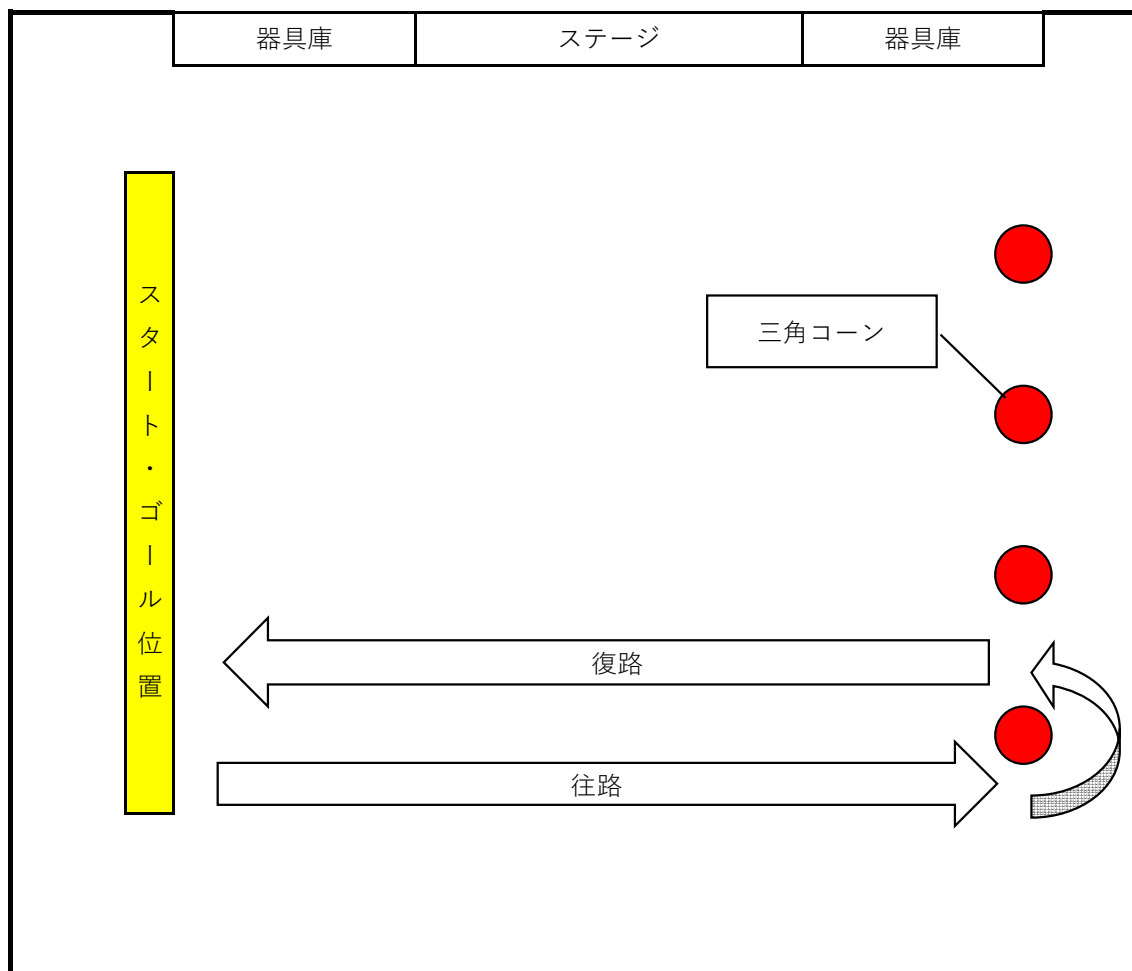
ルール スリッパは持ち込み可能。※持ち込みがない人には貸し出す。
どちらの足で飛ばしてもよい。
参加者が一列に並び、アナウンスの合図に合わせてスリッパを飛ばす。
上位3名を表彰。

準備物 スリッパ、養生テープ（スリッパに番号を貼るため）

「リレー」

対象者：小学生、中学生以上

人数：40人程度（5人×4チーム×2組）



- 手順**
- ①参加者がスタート位置に集合するようアナウンスする。
 - ②参加者が集合する間に競技内容をアナウンス。
 - ③準備物の設置。
 - ④小学生競技開始。
 - ⑤中学生以上競技開始。

ルール スタート位置から三角コーンまで走り、外側を回ってスタート位置まで戻ってくる。
バトンを次の走者に渡す。
以上を繰り返し、アンカーがゴールしたら終了。

準備物 三角コーン、バトン、ビブス（アンカー着用）