



## PEP Net 通信

Vol. 20

認定NPO法人郡山ペップ子育てネットワーク会員向け広報誌

2017年3月号

## スポーツテンカを実施しました！



3月11日、郡山市のカルチャーパークアリーナにて、小学3年生から6年生を対象に「郡山市震災後子どものケアプロジェクト事業(当法人で事業運営を受託)の一環としてスポーツテンカが行われました。

今回は、スペシャルゲストとしてスポーツテンカプロデューサー吉本興業のワッキーさんをお迎えし開催致しました。

## スポーツテンカとは？

「スポーツテンカ」は、昔遊び(テンカボール)をヒントに、公益財団法人日本レクリエーション協会と吉本興業が共同で開発したニュースポーツ。二人での対戦で一つのボールを使って、相手が投げたボールをキャッチする技により、勝てるチャンスが高くなるスポーツです。



簡単なルールで全身運動ができ、問題になっている子どものロコモ(しゃがめない、片足立ちができないなど)予防にも最適です。

当日の参加者は60名でした。  
市内のお子様を中心に、各校の子どもたちが集まり交流の場となりました。



スポーツテンカは少人数でもボール遊びができます。必殺キャッチの面白い名前がついているポンポンクロスやカニバサミ、イーグルキャッチにイチローキャッチなどレジャンドキャッチ(一発で勝ち)をマスター出来ればチャレンジするものだけが伝説になれます。

遊んでいる中でどんどん新しい難しい技も作ることが出来ます。挑戦は無限大です！



両足をひらき、  
両足のうしろから  
両手をまわした  
状態でキャッチ  
する技

## カエルキャッチ

スーパー  
キャッチ

2ポイント

## ポンポンクロス

右手→左手(逆でも可)と  
ボールをはじき(ポンポン)、  
最後にクロスキャッチする技



背中、腰の  
あたりに両手を  
まわしボールを  
キャッチする技

## イチローキャッチ



## カニバサミ

両足で  
ボールをはさみ  
キャッチする技