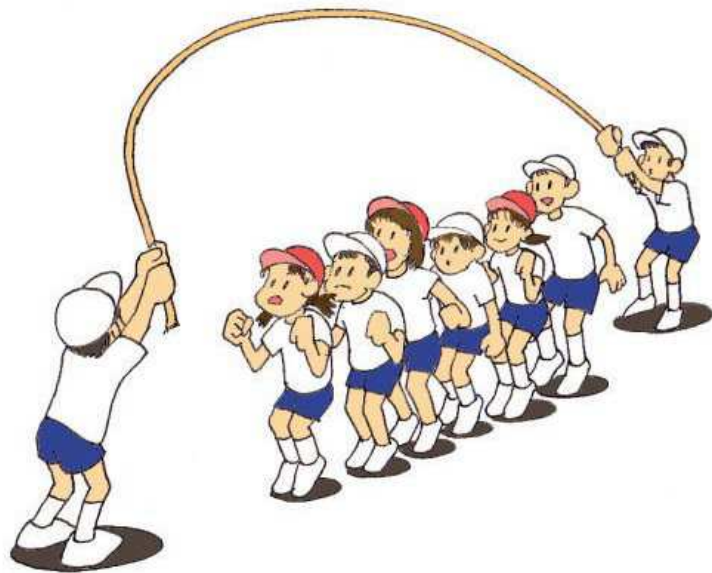


チームジャンプ



チームジャンプ①

ルール

- ・ 全員で一緒に跳んだり、入れ替わりで跳んだりして、3分間で合計何回跳べるか競う。
- ・ 跳び役が入れ替わる時は、先頭から1名抜け、最後尾に1名入る。
- ・ ロープ内では、少なくとも3名が同時に跳び、跳んだ回数を数える。
- ・ 大人がなわを回しても良い。
- ・ 始めに並んだ順番で跳ぶ。

実施内容

(人数)

5人以上のグループ

※なわを回す人の数も含む。

(時間)

3分間

チームジャンプ②

ルール

- ・ 全員で一緒に跳んで、3分間での得点を競う。
- ・ 得点の付け方は、跳んでいる人数×跳んだ回数（3分間の合計）とする。

例：跳んでいる人数5人、跳んだ回数20回の場合
 $5人 \times 20回 = 100点$

- ・ ロープ内では、少なくとも3名が同時に跳ぶ。
- ・ 1回のチャレンジでは、跳ぶ人は変えない（入れ替わり等はしない。）。
- ・ 大人がなわを回しても良い。

実施内容

（人数）

5人以上のグループ

※なわを回す人の数も含む。

（時間）

3分間