

スカーフでお手玉体操

昔懐かしのお手玉遊びに挑戦します。
使うのは、おじゃみではなくて、スカーフです。
スカーフは動きがゆったりしているため、
誰でも安全にお手玉遊びを楽しめます。

1. 投げてキャッチ



スカーフを投げて両手でキャッチします。
慣れてきたら、片手でキャッチします。
どこまで高く投げられるか、記録に挑戦しましょう。

2. 投げてから手を叩いてキャッチ

スカーフを投げた後に、手を叩いてキャッチします。
慣れてきたら、手を叩く回数を増やします。
さらに、体の色んな所を叩いてキャッチします。

3. 投げている間に別のことをする

スカーフを投げている間に、様々なことに挑戦します。
2つのことを同時に行い、脳を活性化します。

- ・ 投げている間に肩を回す
- ・ 投げている間に指グー・チョキ・パーの形にする
- ・ 投げている間に早口言葉を言う

などに挑戦しましょう。

サイモンセッツ（王様の命令）



サイモンセッツは大道芸人に人気のゲームです。
スカーフを用いたゲームにアレンジしました。

ルール

1. 司会者（王様）を一人決めます。
2. 王様以外の方は、命令通りのことを行います。
3. 命令する時には、「サイモンセッツ」と言います。
4. 「サイモンセッツ」から始まらない指示に従ってはいけません。引っかけた場合は失格です。

（具体例1）

「サイモンセッツ・スカーフを投げて取る」
→この場合、スカーフを投げて取ります。

「スカーフを投げて取る」
→サイモンセッツから始まっていないので、何もしてはいけません。スカーフを投げたら失格です。

最後まで失敗せずにできた人の優勝です。

盛り上げるコツ

- ・みんなが楽しめるように、あまり難しくない内容を多めに入れます。
- ・難しくないけれど、ほとんどの人がやったことがない内容にすると、盛り上がります。