

ロープ・ジャンプ・EX

【内 容】

ロープ・ジャンプ・Xに跳んでいる最中の入れ替わりもポイントに加算するというルールを加えた競技です。

【競 技 者】

1 チーム 13 名から 20 名

15m×8mの競技エリアの中に、ターナー（ロープの回し役）2 名がロープをもち、ジャンパー（「跳び役」10 名以上はロープの中に、その他の人は「入れ替わり要員」としてロープの外一カ所）はピブスの番号順に一列で並び、

※チーム名をつけてください。

※各実施団体の参加チーム数に制限はありません。



【用 具】

日本レクリエーション協会公認ロープを使用
（太さ 15mm ロープ部の長さ 10m）

【ル ー ル】

- ・チームは、「ターナー」2名と、「ジャンパー」11名以上で構成します。
- ・「ジャンパー」は、「跳び役」と「入れ替わり要員」で構成します。
- ・競技時間は3分間とし、時間内に最大2回までチャレンジすることができます。
- ・競技時間の計測は、1回目と2回目の間は停止しません。
- ・競技を始める前に、「基本人数（最初からロープに入っている「跳び役」の人数）」を決定します。「基本人数」は、10名以上とします。
- ・「基本人数」は変更できませんが、「ターナー」の交代はできます。ただし交代時間は停止しません。
- ・「ターナー」はロープを静止させた状態で保持し、審判の合図の後に回し始めます。
- ・「入れ替わり」は、「入れ替わり要員」が「跳び役」の最後尾となるロープの端から1名入り、「跳び役」全員が1回以上ロープを跳んだ後、最前列から「跳び役」1名がロープの外に抜け出た時に1回と数えます。
- ・「入れ替わり」では、複数名が同時に入ることや複数名が同時に出ることはできません。また、連続して入ることもできません。
- ・「入れ替わり」をして最前列から抜けた1名は、必ず「入れ替わり要員」の最後尾に並びます。
- ・「入れ替わり要員」が入った時、一時的に跳び役の人数が基本人数を超えますが、基本ポイントの「跳んだ人数」には「基本人数」を適用します。
- ・「入れ替わり要員」が入る前に「跳び役」が出て「跳び役」の人数が基本人数より減った場合、ロープがひっかかるなど回せなくなった時点で、その試技はアウトとなります。

【アウト】

- ・ターナーがロープの柄をもたず、金具部分やロープのひもの部分をつかんで回したとき（ハンド）
- ・基本人数未滿で跳んだとき、または、ピブス番号順に揃っていないで試技を開始したとき（スクランブル）
- ・競技開始前にロープを動かしてしまったとき、ロープの一回転目に、「入れ替わり要員」が「跳び役」に加わったとき（フライング）
- ・ロープがジャンパーに引っかかり、回せないとき（トリッピング）
- ・「入れ替わり要員」が入る前に「跳び役」が出るなど、「跳び役」が基本人数を下回ったとき（クラッシュ）
- ・「入れ替わり要員」が連続して「跳び役」に加わったとき（ダブル）
- ・ピブスの順番通りに「入れ替わり」を行わなかったとき（スキップ）
- ・競技中に「ターナー」、「ジャンパー」が競技エリアから出てしまったとき（ラインオーバー）
- ・「入れ替わり要員」がロープの一端に整列して同じ側からロープに入らなかったとき（ミスローディング）

〈入れ替わりという特色〉

「入れ替わり」をすることは、「はしる」「ターンする」「跳び越える」「跳びながら移動する」など、入れ替わらずに跳ぶことに比べて動作の種類や運動量を多く獲得することができます。

また、ロープに跳び入る（抜ける）方法や、メンバーの順番など作戦のバラエティが生まれます。運動が得意な子も、そうでない子も共に力を出せるような作戦を生み出す過程を通じて、知性や社会性もはぐくむことができます。

【基本ポイント】

「跳んだ回数」は「跳び役」全員が飛び終わるごとに数えます。

例：10人で50回跳んだ場合、基本ポイントは、

『10人 × 50回 = 500ポイント』

となります。

【入れ替わりポイント】

入れ替わりの合計数を10倍します。（1回=10ポイント）

例：10人を入れ替えた場合、入れ替わり回数は10回となり、ポイントは、

『10回×10=100ポイント』

となります。

【カウント方法】

競技時間内に行った試技（基本ポイントと入れ替わりポイント）の合計がチームの記録となります。

■得点計算例

1回目：基本人数12人が100回跳んで、90回入れ替わった

→『12人×100回+90回×10ポイント=2100ポイント』

2回目：基本人数 12 人が 130 回跳んで、100 回入れ替わった
→『12人×130回+100回×10ポイント=2560ポイント』

よって、チーム公式ポイントは、
『2100ポイント+2560ポイント=4660ポイント』となります。

ロープ・ジャンプ・EXは、公益財団法人日本レクリエーション協会が普及推進する「チャレンジ・ザ・ゲーム」の大会種目です。公認ロープを使用し、チャレンジ・ザ・ゲーム普及審判員2名が審判をすれば「全国いつでもチャレンジ・ザ・ゲーム大会」への記録申請もできます。
「全国いつでもチャレンジ・ザ・ゲーム大会」への記録申請については、下記 URL よりご確認ください。
<http://www.recreation.or.jp/business/event/challenge/national/>