

第40回

岐阜市子ども会育成連合会研修大会

(60周年記念大会)

レクリエーション研修資料

P1…簡易説明

P2…遊園地

P3…ハンバーガー

P4…震源地

P5…何丁目

P6…たまご

【簡易説明】

この資料では、普段聞かない言葉がいくつか出てきます。
始めに目を通しておくことをおすすめします。

タイプ：「動」「静」

動は体全体を使う動きが激しいゲーム。静は動きが少なく落ち着いたゲーム。

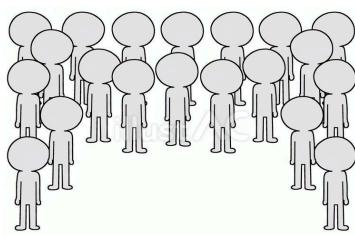
隊形：「円」「全体」「集合」「1対多」「列」

主に5つあり、次のゲームや活動に合わせて隊形を変化させるとスムーズに進められます。

「円」



「全体」



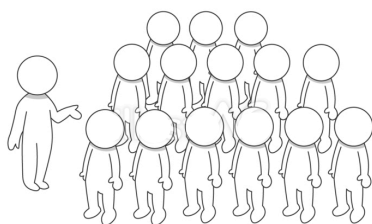
全員がバラバラの状態

「集合」

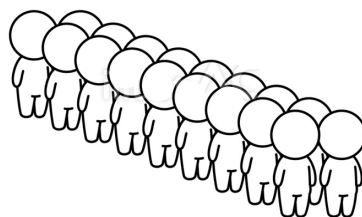


全員が離れた状態から集まる

「1対多」



「列」



GM → ルール説明や何ゲームやるか(時間)など、**主にゲームを進行する人**のことを呼びます。

★時間や目安も記載されておりますが目安です。人数や進め方によって変えることができます。

★プラスアルファを記載しています。参加者がゲームに慣れてきたらルールを増やすと、より楽しむことができます。

遊園地

タイプ : 動
時 間 : 10分～15分
人 数 : 10人以上
隊 形 : 円・全体

【ルール説明】

- ① このレクは円でも、バラバラの状態でも始められるレクリエーションです。
★このレクを始める時は、遊園地に来た設定を話してあげると、楽しみやすいです！
★ここでどんなアトラクションがあるかを説明しておく、あとの説明がスムーズです。
5人以上の協力者を募って、アトラクションの動きを見せておくと○
- ② 「僕の大好きな遊園地！(遊園地！) 今日は何乗ろうかな？」とGMが歌ったあと、遊園地にあるアトラクション4つのうち、1つ決めて伝えます。
★遊園地の歌は基本GMがひとりで歌いますが、()の部分はみんなで復唱します。
手を叩くとさらに歌いやすくなります。

アトラクションの例

- ・ジェットコースター : 5人1組で列を作り自由に動く。
 - ・ゴーカート : 一人で自由に動く。
 - ・メリーゴーランド : 3人1組で円を作りくるくる回りながら動く。
 - ・観覧車 : 全員で手を繋いで大きな円を作り時計回りにまわる。
- ③ 参加者は素早く言われたアトラクションの動きを行い、GMがまた歌を歌い出すまで動き続けます。これを何度か行います。
★歌い出すタイミングはアトラクションの動きが落ち着いてくるタイミングで歌い出すのがおすすめです。手拍子を始めてから歌い始めると、周りもノリやすいです。

★終わり方は円やグループなどの次のレクや活動によって変更することができます！

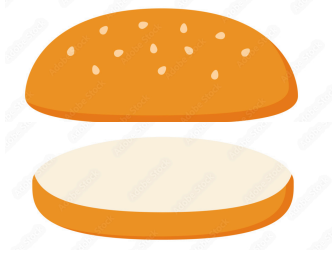
ハンバーガー

タイプ：動
時間：10分～15分
人数：10人～
隊形：円

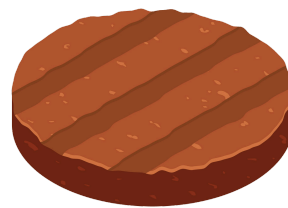
【ルール説明】

- ① みんなで円になります。
- ② GMが「せーの」と言ったら、全員で「ハン・バー・ガー」という掛け声をします。
「ガー」のタイミングで、左右又は正面に体を向ける。その際に、正面を向いた人に対して両隣の人が向かい合う形になれば、ハンバーガーの完成です。

左右に向く人：バンズ



正面を向く人：パティ

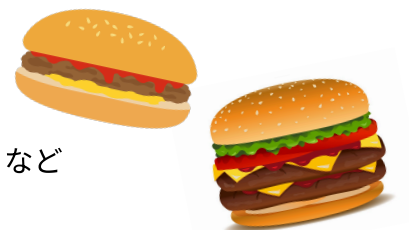


★以上のことをGMが説明する。始めにお手本を見せながら「バンズ」「パティ」の説明をする
とわかりやすいため、始める前に左右の参加者に協力を頼んでおく○

- ③ ハンバーガーが完成した3人はその場で座る。そして次の回からは、座った人は居ないものとして進める。(座った人を挟んでハンバーガーができた形になっても○)

プラスアルファ

- ① ストーリー性
私は今すごくお腹が空いたので、ハンバーガーを食べたいです！
だから、今からみんなにはハンバーガーを作ってもらいます。 など
- ② ダブルバーガー
正面を向いている人を2人にする事で、パティが2枚と考えるとダブルバーガーになる。
なお、バンズは通常通り。
- ③ 同じ向きに連続で向ける回数を制限する。
難易度を一気に上げることができます。



震源地

タイプ : 動
時 間 : 10分～15分
人 数 : 10人～25人
隊 形 : 円

【ルール説明】

- ① みんなで円になります。
- ② 参加者の中から一名（Aさんとする）を選出する。Aさんは目を閉じる・別室に移動するなど他の参加者の状況がわからない環境を作る。
- ③ 別にもう一名（Bさんとする）を選出する。Bさんは震源地となる。
- ④ Aさんと呼ばひ戻してゲームスタート。
他の参加者はBさんと同じ動きをマネする。
Bさんはマネがしやすい動きをする。他の参加者はBさんが震源地である事がバレない様に素早くマネする事が求められます。
そんな中でAさんは震源地であるBさんが誰かを当てる。
- ⑤ Aさんが発見するまでの制限時間or間違えても可能な回数制限を示す。
- ⑥ AさんがBさんを、制限時間内or回数内に当てられたらAさんの勝ち。
当てられなかったら、Bさん（震源地）とみんなの勝ちとなります。

プラスアルファ

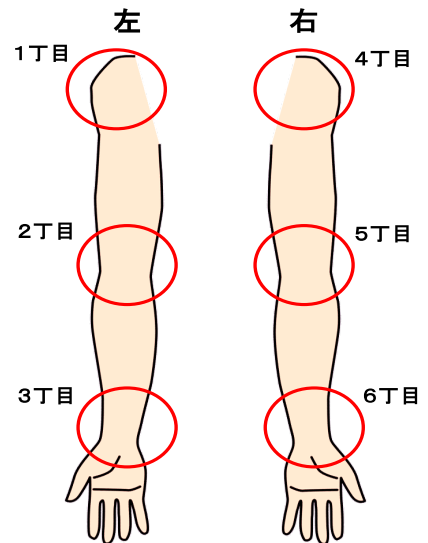
- ① Aさんの立場を複数人数にする。
- ② 制限時間や間違えても可能な回数の変更。

何丁目

タイプ： 静
時間： 5分～10分
人数： 何人でも
隊形： 1対多

【ルール説明】

- ① 事前準備としてGMは協力者を数名決めて、
レクの内容と答えを伝える。
- ② 参加者全員はGMが見える位置に移動して座る。
- ③ GMは参加者には、右の図のように腕の6カ所を説明して
覚えてもらう。
- ④ 「1丁目、2丁目、3丁目、4丁目、5丁目、6丁目」
と順番に片方の手で場所を触れていき、
「1じゃあ、2ここは、3何、4丁、5目？」と聞きます。
★1～5の時は、好きな丁をポンポンと触れていく。
- ⑤ 参加者には、答えが何丁目だったのかを考えて当ててもらう。
答えが分かった参加者は、協力者に「なぜ答えがそうなるのか」を伝えに行くように促す。
- ⑥ 途中でヒントを出しつつ何度か繰り返しゲームを行い、ほぼ全員がわかったり、時間が迫ったらトリックの解説。
★最後に全員が答えを理解した状態で、最後に1問出すことで全員が答えることができ、
楽しく終わることが出来ます。



【トリック説明】

「ここは何丁目？」と聞いているので、「2ここは」で触れた丁が答えとなる。

★ヒントの出題例

「ここは！！！」の部分だけを強調して問題を出す。
年齢に合わせてスピードをゆっくりにしていく。 など

たまご

タイプ： 静
時間： 10分～15分
人数： 何人でも（今回は複数人数での実施を想定）
隊形： 1対多

【ルール説明】

- ① 事前準備としてGMは協力者を数名決めて、レクの内容と答えを伝える。
- ② 参加者全員はGMが見える位置に移動して座る。
- ③ 参加者に対して、「ダチョウの卵」「ニワトリの卵」「うずらの卵」の3個のたまごがある事を説明する。
- ④ 今から、3個のたまごのうちどれか1個を出すから、なんのたまごか参加者に当ててもらおう。答えが分かった参加者は、協力者に「なぜ答えがそうなるのか」を伝えに行くように促す。
- ⑤ 発問方法は必ず以下の3種類で固定する。
「この卵はなんだ」 「この卵はなに」 「この卵はなんでしょう」
- ⑥ 途中でヒントを出しつつ何度か繰り返しゲームを行い、ほぼ全員がわかったり、時間が迫ったらトリックの解説。
★最後に全員が答えを理解した状態で、最後に1問出すことで全員が答えることができ、楽しく終わることが出来ます。

【トリック説明】

出題方法の語尾が卵の種類の頭文字となっています。

出題方法	語尾	卵の種類
この卵はなんだ	だ	ダチョウ
この卵はなに	に	ニワトリ
この卵はなんでしょう	う	うずら

★ヒントの出題例

語尾に注目する様に声掛け。
語尾を強調して発問する。
目を閉じて聞くことに集中してもらう。 など