

わくわく冒険ゲーム課題一覧

①体じゃんけんで関所破り

36の動き	立つ・歩く・走る
道具の共有	なし
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	スタート目印（ロープまたはカラーコーン）
実施概要	門番と体じゃんけんをする
目標	全員が制限時間内に門番に勝つ
ルール	・じゃんけんに負ける、またはあいこの場合には、スタートの位置まで戻り、もう一度じゃんけんをする
安全管理	・つまずいて転びそうなものがないか事前に確認する
進行	・概要/ルールの説明 ・スタートから門番の位置は5m程度離れる ・目標達成または制限時間で終了

②ボール入れ

36の動き	立つ・歩く・走る・つかむ・持つ・投げる・捕る
道具の共有	あり
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	スタート目印（ロープまたはカラーコーン）・カゴボール
実施概要	カゴにボールを入れる
目標	時間内に20個のボールをカゴに入れる
ルール	・3m離れた位置に置いてあるカゴへボールを入れる。 ・制限時間5分以内に20個のボールをカゴに入れることができればクリア。 ・1つ投げたら次の子と順番をかわってあげる。
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

③縄跳び&縄くぐり

36の動き	立つ・歩く・走る・跳ねる・跳ぶ・くぐる・ほう
道具の共有	なし
屋内実施	可能
実施時間	10分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	縄跳び
実施概要	縄跳び&縄くぐりを行う
目標	全員が引っかからずに、縄跳びと縄くぐりを行う
ルール	・1人ずつが飛びで引っかからずに飛ぶ ・決められた高さの縄跳びに触れないようにくぐる ・両方のことができたらクリア
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

④ピンポン玉渡しリレー

36の動き	立つ・歩く・走る・持つ・運ぶ・渡す
道具の共有	あり
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	ピンポン玉・小皿
実施概要	皿にのせたピンポン玉を落とさずにリレーする
目標	制限時間内に全員がボールを落とさずにリレーができれば、クリア
ルール	・グループで2つに別れて向かい合う（5m程度） ・お皿の上にピンポン玉をのせてスタート ・全員がピンポン玉を落とさずにリレーがゴールできればクリア
安全管理	・つまずいて転びそうなものがないか事前に確認する
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑤丸太渡り

36の動き	立つ・歩く・走る・乗る・渡る
道具の共有	なし
屋内実施	可能
実施時間	10分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	
実施概要	丸太を落ちずに渡る
目標	全員が丸太を落ちずに渡ることができればクリア
ルール	・丸太にのり、落ちないように向かい側まで歩く ・全員が落ちることなく渡りできれば、クリア
安全管理	・落ちそうになった時には、無理せず落ちるようにする
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑥ボール蹴り

36の動き	立つ・歩く・走る・蹴る・当てる・倒す
道具の共有	あり
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	ボール・ロープ・ペットボトル的
実施概要	ロープの内側にあるペットボトルをボールを蹴って倒す
目標	5分以内に全ての的を倒す
ルール	・ロープの外側に立つ ・ボールを蹴って、内側にある的を倒す ・ロープの内側には入らない
安全管理	
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑦ケン!ケン!ハ!

36の動き	立つ・歩く・走る・跳ぶ・乗る
道具の共有	なし
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	スポンジマット
実施概要	ケン!ケン!ハ!の要領で、置かれたマットを渡る
目標	全員が渡り切ることができればクリア
ルール	・マットが1枚の列は片足でケンケンで渡り、2枚の場合は両足をついてOK ・ケン!ケン!ハ!の要領で、マットから落ちることなく渡り切る。
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑧ロープ引き

36の動き	立つ・歩く・つかむ・ひく
道具の共有	あり
屋内実施	不可
実施時間	なし
実施回数	3回
必要備品	ロープ・フラフープ
実施概要	力を合わせてロープを引っ張り、番人をフラフープの外側に出す。
目標	30秒間の3回勝負中、2回勝つことができればクリア
ルール	・フラフープの中に立つ門番と縄引き ・30秒間の3回勝負のうちで2回勝つことができればクリア
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑨風船ぼんぼんリレー

36の動き	立つ・渡す
道具の共有	あり
屋内実施	可能
実施時間	5分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	風船
実施概要	全員で円になり、地面に落とさことなく風船をリレーする
目標	制限時間内に落とさことなく1周風船をリレーする
ルール	・全員で内向きの円を作る ・風船を持つことなく、風船を1周リレーする
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了

⑩缶積み

36の動き	立つ・つかむ・渡す・押さえる・積む・支える
道具の共有	あり
屋内実施	可能
実施時間	10分
実施回数	時間内なら何回でも可
必要備品	缶
実施概要	缶を7つ積み上げる
目標	缶を7個積み上げて、5秒カウントでクリア
ルール	・力を合わせて、缶を積み上げる ・7個の缶が手を離れた状態で5秒間崩れなければクリア
安全管理	・なし
進行	・概要/ルールの説明 ・目標達成または制限時間で終了