

巻の吉 「遊びのタネ・ネタ」(屋外編)

1 ろくムシ

～野球とはさみっこをコラボレーションした、ボール遊びです

ベースとベースの間を往復して、ろくムシを目指します

なぜろくムシなのかは、なぜ???～

1 対象および人数

- (1)中・高学年(小4～)以上
- (2)4人以上

2 必要なもの

- (1)やわらかいボール 1個
- (2)ベースになるようなもの 2つ
(土に丸を書いたり、ダンボールや木の根っこなどでOK)

3 基本ルール

- (1)攻撃側と守備側に分かります。攻撃側はベースとベースの間を往復し、6回往復すると「ろくムシ」となり1点となります。この得点を競います。
- (2)守備側はそれぞれのベースについてボールを投げあいます。バウンドキャッチは半ムシ、ノーバウンドキャッチはいちムシとカウントしていき、足して「ろくムシ」になると攻守交代になります。また、相手に得点させないよう、ボールをぶつけてアウトにすることができます。敵を全員アウトにした場合も攻守交代です。
- (3)攻撃側は、守備側に対し、危険をおかして【ジャマ】をしたり、【勝負!】をしたりできます。ただしベースから離れた攻撃側は、ノーバウンドでボールをぶつけられるとアウトになります。

4 ルールのバリエーション

- (1)プレーの始まりは、攻撃側の1人がベース手前でハンドベースボールの要領で、守備側の投げるボールを打ちます。攻撃側はボールが転々としている間にベースを往復します。

(2) 守備側は、それぞれのベースに足を置いて投げあいます。そのとき攻撃側のベース上にいるメンバーの身体の一部にボールがぶつかった場合、アドバンテージ【ジャマ1】となります。【ジャマ3】でアウトとなります。攻守交替になります。攻撃側はジャマをうまく活かして手ではいたりキックしたりしてアウトを阻止したり得点につなげます。

(3) 攻撃側は、守備側のろくムシを阻止するためにボールを持っている反対側のベースから1mくらい前を出て、「勝負!」と言って、守備側と対決します。攻撃側がノーバウンドでキャッチできたら、すみやかにボールを遠くに投げて、攻撃側のムシ数をかせぎます。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっところすれば面白いという子どもの提案



2 三角キックベース

～サッカーと野球をコラボレーションしたボール遊びです～

1 対象および人数

- (1) 低学年（小1～小3）以上
- (2) 10人以上

2 必要なもの

- (1) サッカーボールなど 1個
- (2) ラインカー
- (3) ベース

3 基本ルール

- (1) ピッチャーはボールを手で転がし、キッカーがそのボールを蹴る。
- (2) 2ストライクの後のファールはアウト。
- (3) 走者のリードは無し。
- (4) 打者、走者にボールをぶつければアウト。

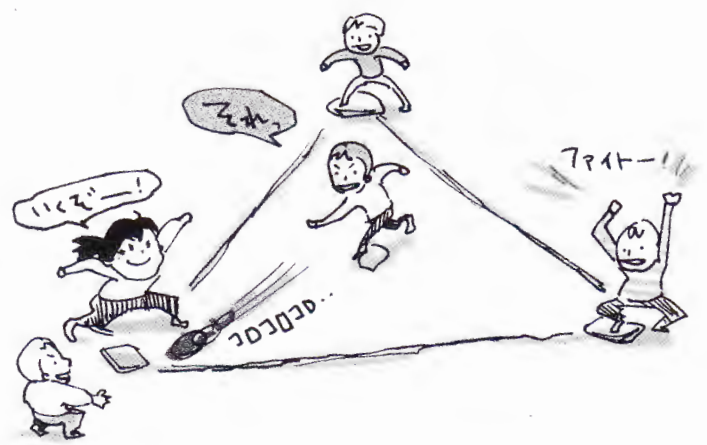
4 ルールのバリエーション

- (1) ピッチャーがキッカーに転がす場合、ホームベースは1mくらいの大きさに作ります。
- (2) ボールをホームベースに置いて行う方法もできます。
- (3) ベースから1～3mにラインを引き、そのラインまで飛ばなかったらファールにするなどのルールを設ける方法もあります。
- (4) 打者・走者にぶつかる際、顔から上はセーフとします。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案



3 漂着物競争

～海に出かけ、そこに流れ着いた漂着物を拾って競争します
いろんな想像力をかきたてる面白い遊びです～

1 対象および人数

- (1) 中・高学年期（小4～）以上
- (2) 2人以上

2 必要なもの

- (1) ビニール袋
- (2) 軍手

3 基本ルール

- (1) 海岸に漂着物を拾いにいきます。あらかじめ制限時間を設定します。
- (2) 同じ種類の貝や甲羅などのものの大きさを比べます。
- (3) 大きなものを多く拾った方の勝ちです。

4 ルールのバリエーション

- (1) 漂着物の種類（レベル）によって点数を付けます。
（例）外国製品10点、イカの甲羅骨5点、バフンウニ3点、宝贝1点など
- (2) 拾ったものにおもしろい名前を付けて遊びます。
- (3) 漂着物で物語を考えます。
- (4) グループ対抗で実施します。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとうすれば面白いという子どもの提案



4 名前呼び

～学校？それとも団地？壁が呼ぶ、誰が呼ぶ、僕の私の名前を呼ぶ
ボールを投げる、名前を呼ぶ、呼ばれたら捕る、それだけだけど奥深い～

1 対象および人数

(1)特になし

2 必要なもの

- (1)ボール（テニスボールサイズで、素手で捕れる固くないものがよい）
- (2)学校や2階以上の建物（許可を得ましょう）



3 基本ルール

- (1)1人が失敗できる回数を決めます。例えば5回。
- (2)最初にボールを持っている人が、他の誰かの名前を呼びながら、壁にボールを投げます。
- (3)名前を呼ばれた人は、壁から跳ね返ってきたボールをキャッチします。キャッチできなかった場合、失敗1となります。
- (4)誰かが決めた回数失敗するまで続けます。
- (5)再度開始する場合は、決めた回数を失敗した人以外の失敗回数はクリアにするかしないかを決めることもできます。

4 ルールのバリエーション

(1)適当な壁がない場合は、斜めになった屋根でもできます。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとこうすれば面白いという子どもの提案

5 遊具で鬼ごっこ

～フィールド（遊具）は何でもOK それを見つけるところから遊びは始まる そしてルールは無限大、自分たちが面白い形を見つけよう～

1 対象および人数

(1)特になし

2 必要なもの

(1)学校や公園にある遊具（大きな複合遊具の方が楽しい）例：ジャングルジム

3 基本ルール

(1)鬼を決めます。鬼の人数は、全体の人数から適切な人数を決めます。

(2)遊具の上で鬼ごっこをします。

(3)鬼にタッチされるか、身体の一部が地面についたところを鬼に見られた場合は、鬼を交代します。

4 ルールのバリエーション

(1)鬼の人数を増やします。

(2)進行方向を一定方向にします。

(3)鬼は地面の上も歩いて良いことにします。あるいは遊具に上がってはいけないことにします。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

6 ネイチャー宝探し

～自然の中で、宝を隠し、探しっこをするシンプルな遊び 応用も自在、自由に、多様に、変化可能。探す行為は人の心を動かします～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 4人以上いればOK

2 必要なもの

- (1) 宝になるもの（人形など）

3 基本ルール

- (1) 宝を探す人を一人決め、それ以外のメンバーが宝を隠します。
- (2) 隠した人は探すためのヒントになるキーワードを2～3個相手に伝えます。
- (3) キーワードを考える時間があると良いでしょう。
（例）大きな木・白い花・ベンチなど…。
- (4) 片方のチームが探し出している時に、必要に応じてヒントを出します。このやりとりが面白いです。
（例）近づいていることを教えたり、見る方向を教えたり。
- (5) 見つけたら交代します。探す方をチェンジします。

4 ルールのバリエーション

- (1) 宝は1つでも良いし、もちろん複数でも良いです。
- (2) 時間を決めて探します。（隠した方が、時間を管理する）
- (3) 宝を緑の物、茶色の物などに分け、保護色になるように隠すなどのルールにします。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案



これが私たちの宝物です！！



目隠ししている間に宝物を隠しま～す



目隠ししている人はカウントダウン



ヒントを聞いて、宝物を探しま～す

7 ネイチャー宝探しパート②

～自然の中で、宝を隠し、探しっこをするシンプルな遊び
見えていても、見つからない！が楽しい宝さがしです～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 4人以上いればOK

2 必要なもの

- (1) 宝になるもの（人形などがよい、様々な色バリエーションがあると楽しい）

3 基本ルール

- (1) 探す人を一人決めます。それ以外の人は宝を隠します。
- (2) 探す人は目を閉じて、待ちます。
- (3) 宝を隠しますが、条件があり、必ず宝の一部が、探す人に見えている所に隠すことです。
- (4) 隠し終わったら、目を開けて探します。探し方は、その場から動かず、目を使って探します。ピボット(※)はあります。
- (5) 見つからない時は、隠した人がその宝の側に立ちます。（それがヒントです）
- (6) 全部見つかったら、おしまいです。
※ピボットとは片足を軸にして、もう一方の足を自由に動かすことです。

4 ルールのバリエーション

- (1) 時間を決めて探します。
- (2) 宝を緑の物、茶色の物などに分け、保護色になるように隠すルールにする。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとこうすれば面白いという子どもの提案



宝物を隠しますが、宝物を見つける人（目隠しをしている人）が見える所に隠します。



宝物探し中！！

8 お金で買えないものを探そう

～町で・自然のなかで借り物ゲーム～

1 対象および人数

(1) 1 チーム 3～5 人ぐらいで 2 チーム以上

2 必要なもの

(1) お金では買えないもの（宝物）の名前を書いたカード 12 種類ほど

3 基本ルール

カードを取って制限時間内にそこに名前が書いてあるものを探してきます。
より近いものを見つけて来たチームが勝ちです。

(1) あらかじめ用意されたカードの束からカードを取ってそこに名前が書かれているものを探しに行きます。

(2) 決められた時間内で探しに行きます。

(3) 制限時間終了後、戻ってきてどのチームが自分たちが引いたカードに近いものを持ってきたかを判定します。より数が多いチームが勝ちです。

4 ルールのバリエーション

(1) 持ってくる難しさに合わせて点数に差をつけ合計得点を競ってもいいです。

(2) 宝物そのものを指示するのではなく、文章で宝物の特徴を示し、それに一致したものを探すという形式でもよいです。

（例）ふわふわしたもの

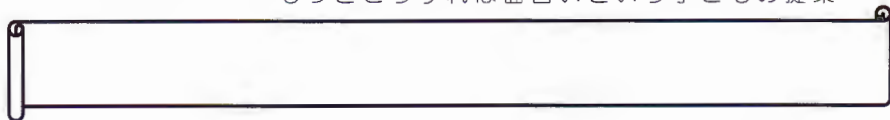
(3) カードではなく、枝、木の実などの自然物の現物を 5～10 種類ほど用意しそれを 2 分程度で記憶して限りなく似たものを探します。

(4) カードやものは審判役が考えて用意します。しかし、それぞれ一方のチームが用意したものを別なチームが探すという形式にしてもよいでしょう。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案



9 激突泥団子試合

～どちらの泥団子が固いか～

1 対象および人数

(1)勝負は 1 対 1

2 必要なもの

(1)(時としては数日かけて)大切につくった泥団子

3 基本ルール

(1)各自、時間をかけて（数日かかってよい）泥団子を作ります。

(2)ジャンケンをします。

(3)ジャンケンで勝った方が、上から落すか、下に置くかを選びます。

(4)落される方は、地面に泥団子を置きます。

(5)落す方は、置かれた泥団子の 10～20cm 上から自分の泥団子を相手の泥団子に当てるように落とします。

（この時、特に力は込めずに自然落下させる。）

(6)どちらかの泥団子が割れるまで、繰り返し落とします。

(7)いろいろな土で試してみましょう！！団子を友だちにぶつけないで下さい。

4 ルールのバリエーション

(1)トーナメントで連戦の疲れで泥団子が壊れそうなときは予備を数個つくっておいてもよいでしょう。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案



10 KENKENバトルロイヤル

～作戦・機転・思い切りが勝利をもたらすバトルロイヤル体験～

1 対象および人数

- (1) 中・高学年（小4）以上
- (2) 攻めグループ、守りグループ 各 6～8人程度

2 必要なもの

- (1) 広場（ころぶので、土の方がよい）
- (2) 地面に線を引く棒
- (3) やる気



3 基本ルール（24 ページ 1～8参照）

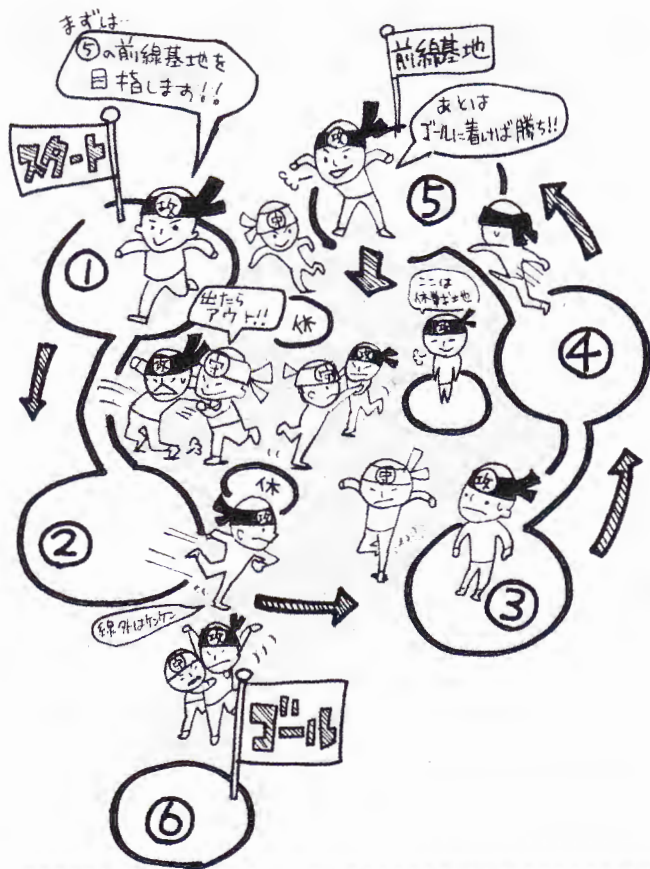
4 ルールのバリエーション

(1) 前線基地から中は、怪我の少ないケンケン相撲で戦うルールで作成しましたが、実際には、年齢に応じていろいろな工夫ができます。

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとこうすれば面白いという子どもの提案





●ルール●

- 1, 攻めと守りに同じ人数で分かれる
- 2, 攻め側は、①スタートから⑤前線基地を目指す。途中守り側からの攻撃を受け、線から出された者は終了まで待機
- 3, 守り側は、内側から攻め側を攻撃し⑤前線基地に到達する人数を減らす。スキをつかれてのうちに引きずり込まれた者は終了まで待機
- 4, 前線基地に到達した攻め側の者は、スキを見てゴールを目指す
- 5, 内側のエリアでの戦いはケンケン相撲。倒されたか、内側から出された者は終了で待機
- 6, 攻め側の者が休戦地に入ると一時休戦
- 7, 攻め側がゴールに到達したら攻め側の勝ち。攻め側のメンバーが全員いなくなったら守り側の勝ち
- 8, 勝敗がついたら攻守交代

11 田んぼの「田」



～温故知新 安全・省スペース 全国展開の鬼ごっこ～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 人数は、5～10人くらいまで、もっと大人数でも対応可
※大人数の場合には、初めから鬼の数を複数にするとか。

2 必要なもの

- (1) 「田の字」を書くのに必要なスペース
※大人数の場合には、少し広めのスペースが必要。
- (2) 地面に、「田の字」を書く棒

3 基本ルール

- (1) ジャンケンでオニを一人決めます。
- (2) オニ以外は、4つの四角いスペースに適当に散らばります。
- (3) 「はじめ！」の合図で始めます。
- (4) オニは、「田の字」の上（鬼の道）しか通ることができません。そこから、近くを通る人にタッチし、タッチされた人はオニになり、オニがどんどん増えていきます。
- (5) オニ以外は、タッチされないようにマスの中をまわって逃げますが誤って「鬼の道」を踏むとオニになります。
- (6) 最後の1人がタッチされるか、ギブアップしたら終了です。最初にタッチされた人がオニになり再度開始します。

4 ルールのバリエーション

- (1) オニは、「田の字」の上以外はケンケンで移動、オニ以外は「田の字」の外側に逃げるときはケンケンで移動できることにします。オニが、口部分（田の字の外側）に入ってくるので緊張感が高まって良いです。
- (2) オニが2人で、1人はタッチ専門にします。タッチされた人は自分の靴を片方渡し、もう1人のオニが、「田の字」の中央で奪い取った靴を地面に置き、足の間に挟んでとられないようにガードします。この場合は2回タッチされたらオニは交替します。オニにタッチされないように靴を取り戻せたらリセットになります。



(3) 四角六ムシ

- ・オニ以外は、1つのマスに集まりスタートします。マスはどちら回りでも良いですが、回り方を途中で変えることはできません。スタートの合図の1例としてオニが言葉を3回繰り返して、オニ以外がまねして3回繰り返して、言い終わったら開始します。

- ・1周してスタートしたマス目に戻ったら、「イチムシ」と声に出して言います。後は同じように、一周するごとに「ニムシ」「サンムシ」「ヨンムシ」「ゴムシ」「ロクムシ」と言います。

- ・オニが全員にタッチしたらオニの勝ち。最初にタッチされた人が次のオニになります。誰か一人でも「ロクムシ」を宣言できたら、同じオニで最初からやり直しです。

- ・田んぼの「田」との違いは、オニが増えていかないこと。タッチされた人は終わるまで外側で待機します。

全国で行われている田んぼの「田」の呼び方のバリエーション

- 群馬県ほか「田オニ」
- 愛知県ほか「たんぼの田」
- 大分県「十字（架）」
- 「スイス」
- 兵庫県「メロン」
- 愛知県「地獄の四丁目」
- 山口県「じゅっとん」
- 広島県 女の子の間では「リボン」

5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

12 どんぐりで遊ぼう

～どんぐりコロコロどんぐりこ～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 何人でも（たくさんの方がいっぱい集められます）



2 必要なもの

- (1) どんぐりをとにかくたくさん集めます。
（バケツがいくつかあると、グループでどれだけ集めるか競うこともできます）

3 基本ルール

- (1) たくさんのだんぐりを使って色々なことをします。

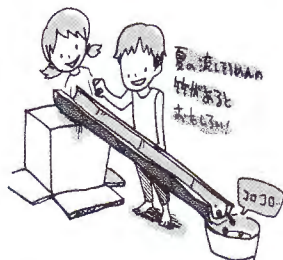
（例）「どんぐりのプールで泳ぐ」

「投げる」「シャワーのようにかける」

「服の中にたくさん入れる（シャツをズボンの中に入れてどんぐりを溜めると、太った人になる）」

「耳に入れて耳からどんぐりが出てきたような振る舞い」（※）など

※無理に耳にどんぐりを入れないで下さい。特に小さいものは危険です。



4 ルールのバリエーション

- (1) そこにある他の物を使って遊びが広がる

（例）「ままごとの材料」「ブルーシートの上で滑る」

「半割の竹（節を抜いたもの）」「樋の上を流す」



5 子どもからの遊びの提案

※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、

もっとこうすれば面白いという子どもの提案

13 大きな声を出す

～思いつくままに叫ぶと気持ちいい！～

1 対象および人数

- (1) 幼児期（4～6歳）以上
- (2) 何人でも（たくさんいた方がいっぱい集めます）

2 必要なもの

- (1) 勇気を出して叫ぶ姿勢
- (2) 河原など苦情が出ないところ



3 基本ルール

- (1) ひたすら大きな声をみんなで出します。好きな食べ物、ペットの名前、昨日の御飯等、なんでもいいです。

4 ルールのバリエーション

- (1) それぞれが違うことを叫んでも楽しいです。
意味のないことを叫ぶとよくわからなくてまた楽しくなります。
※苦情が出ない場所で行いましょう。

5 子どもからの遊びの提案

- ※終了後、子どもに聞いてみて、つまらなかったという時、
もっとこうすれば面白いという子どもの提案

