

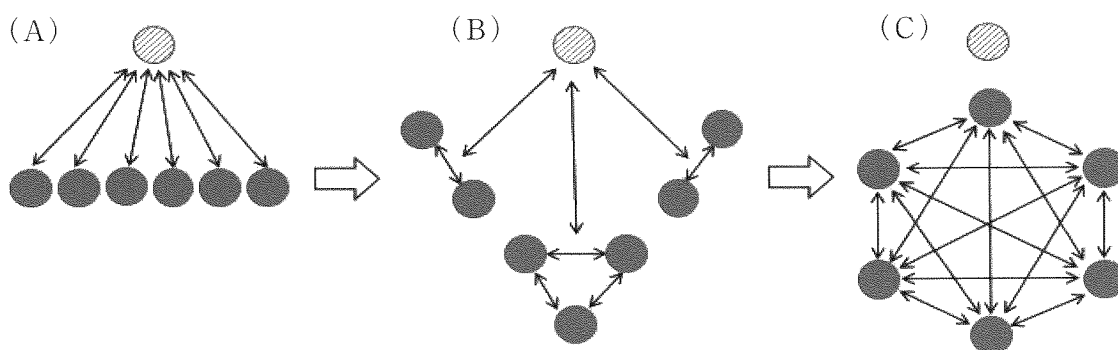
学級活動・運営に活かすアウトドアゲーム

高野 千春¹

1. 学級づくりに役立つレクリエーション

先生にとって、クラス（学級）の雰囲気をつくり上げるかは大きな課題である。中学校や高等学校になると、クラブや委員会といったクラス以外の帰属集団もあるが、幼稚園や小学校低学年では、大部分をクラスで友達と過ごす。クラスが楽しいか、信頼関係がつかれるか、居心地が良いかは子供達にとって、大変重要な意味を持つ。

新学期は、先生も子供達も「いいクラスにしたい」という期待が強く、学級づくりには絶好の時期である。しかし、まだお互いがよくわからず不安も抱えており、それまでの人間関係を引きずっている場合もある。このスタートの時期には、レクリエーションを通じて、一緒にやる楽しさ、失敗を笑い合える楽しさ、失敗しても大丈夫と思える安心感を、できるだけ多く体験することが必要である。図に示すように、初めは緊張をほぐすアクティビティで、先生と子供との信頼関係をつくる（A）。その次にスキンシップや名前と顔を一致させる等の相互理解に繋がるアクティビティを行うことで、少しずつ子供同士の関わり合いを引き出していく（B）。さらに、子供同士の関係をより強め、その中で個人の能力が発揮できるようなアクティビティに何度も挑戦し成功することで、自然に子供同士の信頼関係が築かれていく（C）。安易に楽しそう、盛り上がりそうなアクティビティを行うのではなく、信頼関係構築のためのステップを踏みながら行うことが大切である。



【例1】じゃんけんゲーム

①「後出しじゃんけん」

先生と普通にじゃんけん → 後出しじゃんけんで先生に勝つ → 後出しじゃんけんで先生に負ける → テンポよくじゃんけんして失敗を誘発する

※ 思わずやってしまう失敗で「ついうっかり」笑ってしまい、緊張が和らぐ。

②「セブンじゃんけん」

¹ 平成国際大学准教授

ペアをつくり、じゃんけんぽんで、片手の指で1～5の数字を出す → 2人の指を足して「7」になるまで続ける → 成功したら喜び合っ

てパートナーチェンジ
※ 3分と時間を区切ることで積極的にペアを変えてチャレンジする。

③「セブンイレブンじゃんけん」

ペアをつくり、両手の指で1～10の数字を出す → 2人の指を足して「7」か「11」になるまで続ける → 成功したら仲間を増やして（3～10人まで可能）チャレンジ

※ 誰にでも声をかけて仲間を増やす。

よい人間関係をつくるためには、「楽しみを共有する」「笑いを共有する」「緊張を和らげる」体験から始めて、「多くの人と関わる」「2人（数人）で成功する」体験を積み重ねていくことが大切である。

【例2】ビートゲーム

①ペアをつくり向かい合う → お互いに拍手を1回した後、両手で膝を1回たたく（パチ・パン） → 拍手を2回、膝を2回（パチ・パチ・パン・パン） → 拍手と膝の回数を徐々に増やし、5回までいったら逆に減らしていく → 最後に拍手1回、膝1回で終了 → スピードを上げてチャレンジ

②ペアをつくり向かい合う → ①の両手で膝をたたくところをペアの人と手を合わせる

③3ペアで6人グループをつくり輪になる → 両隣の人と手を合わせる

④クラス全員が輪になる

失敗しても大丈夫と思える安心感ができたら、さらに「自分の意見を出す」「話し合っ

て試行錯誤する」「みんなで課題を達成する」体験を加えることが必要である。ここで注意するのは、目標をいきなり“クラス全員での成功”にするのではなく、“ペアでの成功”から徐々にレベルを上げていくことである。

レクリエーションとしてこのようなアクティビティを繰り返すことで、クラスの基調が相談、対話、試行錯誤、協力であることを子供達が体験的に学んだ後には、少し難しいアクティビティに挑戦し、子供同士で試行錯誤する自由度と、子供達に任せる時間を増やしていくことができる。子供同士の関係を築いていくこの時期のアクティビティに共通する留意点を以下に示す。

- グループを複数にせず1つのグループで、全員でのチャレンジにする。複数のグループでやると、知らず知らずのうちに他のグループとの競争になってしまうので、過去の自分達の記録に挑戦するように進める。
- タイムトライアルの場合は、毎回タイムを紙に書く等して可視化する。タイムトライアルは他者との比較ではないので、タイムが縮むのを見ることで自分達の成長を実感でき、失敗が少ない。1回目の計測は測ることを言わずに、速さを意識していない状態で行うと、意識して挑戦した時に大幅にタイムが上がることを実感できる。
- 最初は、手をつながなくてもできることから始める。まだ安心感がない時には、スキンシップを伴うアクティビティはハードルが高く、手をつなぐように注意することで、

モチベーションが下がってしまう。

- 達成できそうな目標を、こまめに設定する。そうすることで、限られた時間の中で何回も「やったー！」という成功体験を積むことができる。小さな成功体験の積み重ねが、「できるかも知れない」「やってみよう」というポジティブな気持ちを育む。
- 「やりたくない」「無理」といったマイナスの言葉は、軽やかに取り合わず、そのままアクティビティを明るく進めていく。また、やりたくないと言っていた子供も参加できるチャンスを作り続けることが大切である。
- アクティビティの中で子供達がとった行動の価値を、言語化しフィードバックする。「プラスの言葉をかけ合っていたね」「励ましていたね」「新しい作戦だったね」という言葉のフィードバックで、子供達は自分や友達の行動の価値に気づき、少しずつお互いの存在価値が高まってくる。
- 「みんなで楽しさを共有する」ことが基本である。人は、熱中している時や没頭している時に様々な学びがある。
- この時期には、コミュニケーションの「量」を増やすことを意識する。様々な組み合わせで、笑ったり相談したり喜んだりするコミュニケーションの「量」が大切である。量がたまってくると、コミュニケーションの「質」が高まるチャンスが表れる。

2. 屋外レクリエーションへの期待

屋外（教室の外）で行うレクリエーション活動には、さまざまなメリットがある。①自由に（存分に）身体を動かすことができる、大声が出せる（開放的な気分になれる）②自然を感じることができる、自然を素材にできる（自然を直接体験できる）③解決すべき課題がわかりやすい、課題が次々に出てくる（達成感を得やすい）等が考えられる。特別に自然豊かな場所に移動しなくても、クラス単位で屋外でのアクティビティ（アウトドアゲーム）を楽しみながら、日頃使わない五感を意識し、自然を感じることができる。

幼児期からの自然との関わりの大切さについて、アメリカの海洋生物学者レイチェル・カーソンは、その著書『センス・オブ・ワンダー』で以下のように述べている。

『「知る」ことは「感じる」ことの半分も重要ではないと固く信じています。子どもたちがである事実のひとつひとつが、やがて知識や知恵を生み出す種子だとしたら、さまざまな情緒やゆたかな感受性は、この種子をはぐくむ肥沃な土壌です。幼い子ども時代は、この土壌を耕すときです。美しいものを美しいと感じる感覚、新しいものや未知なものにふれたときの感激、思いやり、憐れみ、賛嘆や愛情等のさまざまな形の感情がひとたびよびさまされると、次はその対象となるものについてもっとよく知りたいと思うようになります。そのようにして見つけだした知識は、しっかりと身につきます。消化する能力がまだそなわっていない子どもに、事実をうのみにさせるよりも、むしろ子どもが知りたがるような道を切りひらいてやることのほうがどんなにたいせつであるかわかりません。』

近年、直接体験の減少や体験内容のバランスを欠いた状況が、子供達の豊かな成長に負の影響を及ぼしていることが懸念され、学校教育においても子供達の多様な体験活動の充実を図ることが求められている。第15期中央教育審議会の第1次答申では、次のように

述べられている。

『子どもたちに〔生きる力〕をはぐくむためには、自然や社会の現実に触れる実際の体験が必要であるということである。子どもたちは、具体的な体験や事物との関わりをよりどころとして、感動したり、驚いたりしながら「なぜ、どうして」と考えを深める中で、実際の生活や社会、自然の在り方を学んでいく。そして、そこで得た知識や考え方を基に、実生活の様々な課題に取り組むことを通じて、自らを高め、よりよい生活を創り出していくことができるのである。このように、体験は、子どもたちの成長の糧であり、〔生きる力〕をはぐくむ基盤となっているのである。しかしながら、(中略) 今日、子どもたちは、直接体験が不足しているのが現状であり、子どもたちに生活体験や自然体験等の体験活動の機会を豊かにすることは極めて重要な課題となっていると言わなければならない。』

小・中・高等学校等において自然体験活動の充実を図るために、学校全体としての取り組みが重要であることは言うまでもないが、それは、林間学校や臨海学校といった非日常的な学校行事に限られたことではない。日常的なクラスでのレクリエーション活動に、手軽なアウトドアゲームを取り入れることで、子供達が自然を感じる機会を増やし、子供達の興味・関心を引き出すことは十分可能である。

ただし、どのような場合でも、自然環境の中で、あるいは自然物を利用してアクティビティを楽しむためには、あらゆる視点でのリスクマネジメントが欠かせない。室内で行うレクリエーション以上に、考えるさまざまな危険を想定内しておくことが重要である。そのためには、事前に危険な環境（地形、動植物等）や用具を確認し対処する等の安全管理と同時に、子供達自らが安全行動をとることができるように仕向けること（安全教育）も必要である。

また、ゲームを楽しみながら「むやみに自然を傷つけないこと」「自然物は元の状態に戻すこと」「不要な人工物は回収処分すること」を伝えることは、環境保全の意識を高めることに繋がる。環境保全教育の視点からも、屋外での活動時には必ず触れて欲しいポイントである。

3. 自然を感じるアウトドアゲームの紹介

自然を感じるアクティビティとして、公益財団法人日本教育科学研究所が作成した「アイオレシート」を参考に、いくつかのアウトドアゲームを紹介する。日本教育科学研究所ではアクティビティを、課題解決型ゲーム（グループで協力しなければ解決できないような課題に取り組む活動）、自然体験型ゲーム（フィールドを満喫して思いきり身体を動かして遊ぶような活動）、自然学習型ゲーム（自然について観察を深めるような活動）、創造イメージ型ゲーム（創作活動や想像力を膨らませるような活動）の4つのカテゴリーに分類しているが、アクティビティのねらいや展開方法によって、カテゴリーをまたぐこともある。

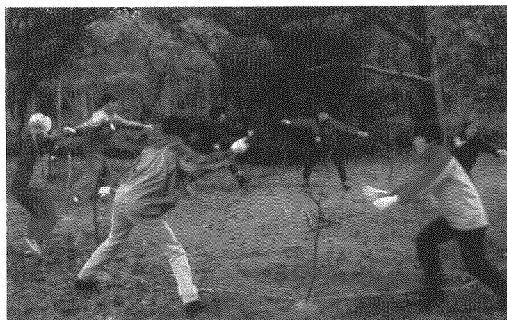
アウトドアゲームを学級づくりに生かすためには、単に盛り上がりそうなアクティビティを行うのではなく、信頼関係構築のためのステップを踏みながら、対象者の年齢や特性に合わせたアクティビティを行うことが大切である。アウトドアゲームとはいえ、いずれ

のアクティビティも道具や仕掛け、進め方を工夫することで、室内で実施することも可能である。

【課題解決型ゲーム】

「棒一っとなしないで！」

人数分のマーカーを適当な間隔で円状に置き、用意された木の枝の中から各自 1 本ずつ選びマーカーに立てる。不安定な枝をバランス良い状態に保ち、合図をして一斉に手を離し、枝が倒れないうちに隣の枝へ移動する。息の合った動作で、全員が一周し元の場所へ戻る。



「ヘリウムスティック」

スタート地点に木の枝（フープの輪）を用意する。全員が片手の人差し指だけを枝に触れるようにして、ゴール地点まで枝を運ぶ。途中、一人でも指が離れた場合や、枝を落とした場合には、最初からやり直す。



「ワープスピード」

全員が円陣で内側に向き合う。ボール（ぬいぐるみ）をパスしあい一周させる。必ず隣の人以外にパスし、一人 1 回しか触れずに、初めの人に戻す。全員で工夫しながら、時間をできるだけ縮める。

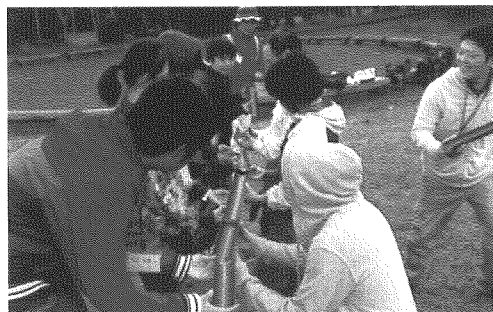


「五十音キーパンチ」

スタート地点から 10～15m くらい離れた場所にロープで円をつくり、その円の中にひらがなカードを散らして置く。スタートの合図でグループ全員が円の外側に並び、メンバーの名前の文字のカードを一文字ずつ足でタッチし、全員の名前がタッチできたらゴールに戻る。一人 1 回はタッチしなければならず、二人同時にタッチした場合や、2 枚のカードを同時にタッチした場合は、ペナルティとして 1 回に 5 秒をプラスする。スタートからゴールまでの時間をできるだけ短縮する。

「バイプライン」

一人 1 つずつ持ったハーフパイプ（画用紙）



を繋ぎながら、スタートからゴールまでビー玉（ピンポン玉）を運ぶ。パイプの上にビー玉が乗っている人は足で移動することはできない。ビー玉を落とした場合は、スタート地点に戻る。

「エレクトリックフェンス（脱出指令）」

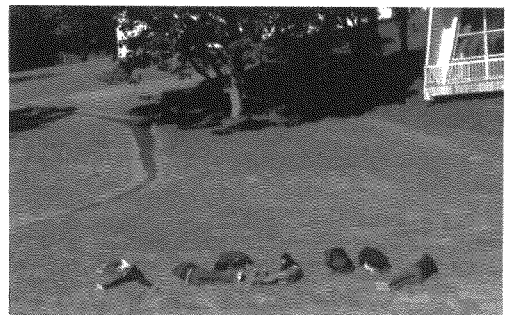
参加者のへそくらいの高さに、2本の立ち木を利用してロープ（ゴムひも）を横に張り、鈴を付ける。グループのメンバー全員が手をつないだ状態で、ロープに触れないようにしながら、全員がロープの上を越える（下をくぐるのは禁止）。途中で誰かの体の一部がロープや立ち木に触れた場合や、手が少しでも離れた場合には、最初からやり直す。全員で協力しながら、安全な方法で乗り越えて脱出する。



【自然体験型ゲーム】

「地上絵」

身体を使って地面に文字や絵等を表現し、高い場所から見て当てる。①グループで2人1組になり、リレー式に順番で、指示されたカタカナ1文字を表現し、仲間で当てる。順番を入れ替えて単語をつくる。②グループでテーマを決めて、連続写真で表現し、他のグループが見て当てる。③全員で一つの作品をつくり、指導者が当てる。



「ハンティングゲーム」

グループ内でハンター役を一人決め、それ以外は猟犬役となり、動物の名前が書かれているカードを探しに行く。カードを見つけたら犬の鳴き声だけでハンター役にカードのあり場所を教え、ハンター役がカードを取る。時間が来たら、全員を集めて得点の説明をし、グループでポイントを計算する。

例) 30人で行う場合：	[リス] のカード	30 枚	1 ポイント
	[キツネ] のカード	15 枚	3 ポイント
	[キリン] のカード	10 枚	5 ポイント
	[ライオン] のカード	5 枚	-10 ポイント

【自然学習型ゲーム】

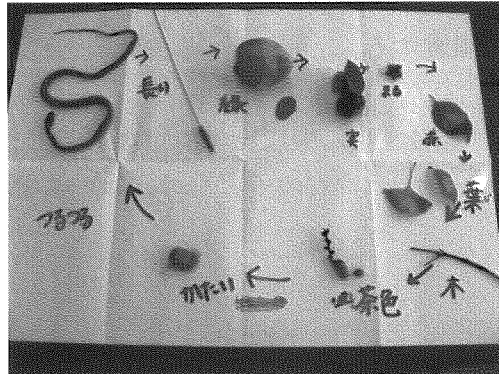
「葉っぱじゃんけん」

いろいろな落ち葉を5枚拾ってくる。指導者が「大きい」「長い」「黄色い」「ギザギザ

が多い」「虫食いが多い」等条件を示し、自分の持っている葉っぱの中からその条件に該当するものを1枚選び、「はっぱっぱ！」の掛け声とともに見せる。お互いが納得したら、勝った人が負けた人の葉っぱをもらう。

「森のつながり探し」

グループごとに森の中で、つながりのある、いろいろなものを見つけてくる。画用紙に順番に並べて『～つながり』というように、どんなつながりがあるかを書いておく。一度使ったつながりは二度使わないように、色や形、におい等のほかにも様々なつながりを考える。時間が来たら、グループごとに、見つけてきたものとそのつながり方を発表する。



「カメレオンゲーム」

グループごとに、用意した材料（段ボール、画用紙、折り紙、針金、毛糸、セロテープ、布きれ、クレヨン、マジック等）で、手の平より大きいサイズの生き物を制作する（30～60分程度）。森の中の決められた範囲内に、それらを自然に溶け込むように置き（隠し）、別のグループが見つめ出す（30分程度）。「作る」「隠す」「見つける」の3つの楽しみがある。



【創造イメージ型ゲーム】

「色探し」

グループごとに森の中で、提示された色見本帳に近い色をもつ自然物を探してくる。グループごとに、どこの部分がどの色に近いのかをアピールし、指導者が（全員の拍手で）判定する。

「スカイライトギャラリー」

グループごとに周りのフィールドで集めてきた自然物（落ち葉、花びら、苔、昆虫の抜け殻…）だけを使って、作品をつくる。各グループでテーマを決め、『空』のかわりに透明のビニールシートの上に素材を貼っていく。時間が来たら、太陽の光に透かして見えるようにシートを張り、グループごとに作品のテーマとその説明をし、順番に鑑賞する。



【ナイトゲーム】

「闇夜のお絵描き」

色の識別がほとんど難しい暗い場所で、指導者のお話の内容に沿って、グループごとにクレヨンで画用紙に絵を描いていく。最後に明るい場所で、各グループの作品をみんなで鑑賞する。

例)『真ん中に緑の山があって、その山の頂上には子どもが3人います。
一番右の子どもは、赤い帽子をかぶっています。…』

【参考資料】

- 岩瀬直樹、甲斐崎博司、伊垣尚人（2013）：プロジェクトアドベンチャーでつくるとっても楽しいクラス、学事出版
- 公益財団法人日本教育科学研究所編（2010）：アイオレシート、公益財団法人日本教育科学研究所
- 公益財団法人日本教育科学研究所事務局（2014）：アウトドアゲーム指導法講習会（平成25年度）報告、野外教育情報、22：76-86
- 公益財団法人日本レクリエーション協会編（2008）：レクリエーション支援の基礎、公益財団法人日本レクリエーション協会
- 中央教育審議会（1996）：21世紀を展望した我が国の教育の在り方について（答申）
- 星野敏男、金子和正監修（2011）：野外教育の理論と実践、杏林書院
- レイチェル・カーソン（上遠恵子訳）（1996）：センス・オブ・ワンダー、新潮社
- 諸澄敏之編著（2007）：みんなのPA系ゲーム243、杏林書院