



みんなが楽しい

学校レクリエーション 3

バスレク

案・監修：北川雄一（小学校教諭）



全点動画
\\ 付き! //

岩崎書店

もくじ

レク係のみなさんへ 4

似顔絵リレー 6

セイムカット 8

3ヒントクイズ 10

イントロクイズ & 歌合戦 12

歌声ジェスチャーゲーム 14

手遊びゲーム 16

いっどこでだれが何した 18

テープカットゲーム 20

インタビューゲーム 22

列対抗 26

暗号解読ゲーム 30

みなさんゲーム 34

おまけのミニレクリエーション 38

レクを実践する先生方へ 39

バスに乗っている時間を、もっと楽しく!

しょうがっこうきょう きたがわゆういち
小学校教諭 北川雄一

遠足、社会科見学、宿泊行事。学校のみんなとバスに乗る機会は、意外と多くあります。バスは移動のために乗るものですが、レクリエーションをすることで、楽しい空間に変えることができます。楽しい時間はあっという間に感じるものなので、移動時間も苦にならないかもしれません。

この本には、バスの中で楽しめるレクがたくさん載っています。シートベルトをつけたまま、

楽しめるものばかりです。ただ、乗り物によいやすい人もいますから、眠ろうとしている人はそっとしてあげましょう（レクで遊ぶことが、車よいの防止につながる場合もあるようです）。

遊び方が分かりやすいように動画も用意しました。学校で配られたタブレット端末で見てください。

この本のレクで、みなさんがもっと仲良くなれたら、うれしいです。

この本の使い方

動画でレクの遊び方をチェック!

コードにタブレット端末やスマートフォンをかざすと、レクの遊び方をまとめた動画を見ることができる。レクの内容を理解するのに役立つよう。

どんなレクなのかチェック!

レクのおおすじの内容は、ここでチェック。どのレクに挑戦するか決めるとき、まずはここを読んでみよう。

人数の目安や必要なものをチェック!

レクを行うのに必要な人数や時間、事前に用意しておくものをここで確認できる。

レクの進め方をチェック!

レクを実際に行うときの、くわしい手順はここで確認しよう。レク係の声かけの仕方や、ポイントもチェック。



レク係のみなさんへ

バスレクを行うのは、遠足や課外学習などに出かける当日です。それまでに、レク係はどんな準備をしておけばよいのでしょうか？

レクリエーションの前日まで

どのレクを行うか決めたら、レクの進め方をチェック!

当日、バスでレクができる時間はどれくらいか、先生に聞いて、レクを選ぼう。レクにかかる時間は、「時間の目安」の部分ぶんぶんを参考にしよう。レクが決まったら、まずは動画や本の説明を見て進め方をチェック。ルール説明をする人、指示を出す人など、それぞれの役割も決めておくとよい。



前日までに、必要なものをそろえよう

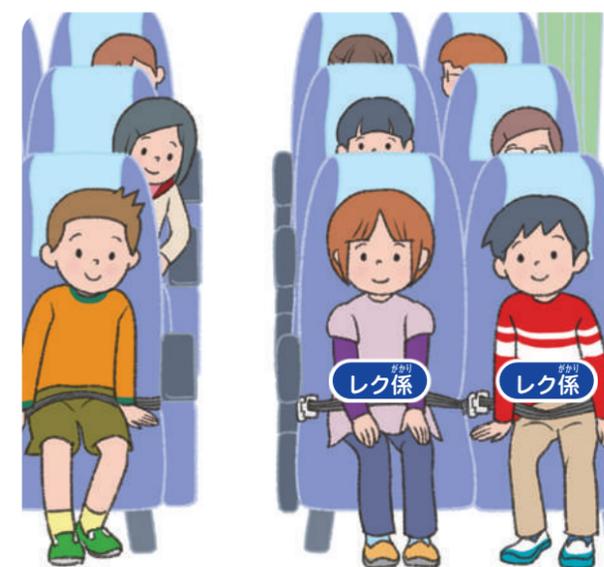
この本でしようかしているレクは、道具なしでできるものもあるが、なかにはスケッチブックやペンなどが必要なものもある。「用意するもの」の部分ぶんぶんを読んで、レクの前日までに用意しよう。筆記用具など、クラスの人に持って来てほしいものがある場合は、事前に伝えておこう。



レクリエーション当日

レク係は、バスの先頭の席に座ろう

レク係は、みんなにさまざまな指示を出す。そのため、みんなに声が届きやすいよう、当日は一番前の席せきすわに座ろう。走行中の車内は、音が聞こえにくくなるので、ルール説明などするときには、大きな声で、ゆっくりと話すようにしよう。バスにそなえ付けのマイクがあれば借りて話そう。



レクをはじめる前に、みんなで一度練習してみよう

いよいよ、本番！ まずはみんなにルールを説明しよう。バスのなかでは動きの説明が難しいので、ルールを書いた紙を配るとよい。ただし、車によってしまうため、車内で文章を読むのが苦手な人もいます。口頭でもしっかり説明しよう。説明できたら、一度みんなで練習してから本番にうつろう。



テープカット ゲーム

参加人数の目安

10人以上

時間の目安

10～15分

用意するもの

紙テープ (5cm以内の
はばのもの、チームの数
だけ用意する)

ワクワクドキドキ、スリル満点のレクです。

うわー
テープが
切れちゃいそう!



テープカットゲーム

どんな
レク?

動画で遊び方を
チェック!



チームで協力して、細長い紙テープをたてに2本にさいていきます。どれだけ早くできるか、チーム同士で競争しましょう!

レクの進め方

- 1 バスの座席のたて1列でチームをつくり、チームごとに、紙テープを列の前から後ろまで行きわたらせる。
- 2 「スタート」の合図で、全員が頭の上で紙テープをさき始める。上の写真のように、たてにさいて、紙テープを2本にしよう。はやくさけたチームが勝ち。とちゅうで切れた場合は失格となる。

アレンジアイデア

「テープカットゲーム」で、2本になった紙テープを使ってできるレクをしょうかいします。細くさいた紙テープは、やぶれやすいので、使って遊ぶとスリル満点のレクになります。

アレンジ1 /

ロープウェイゲーム

動画で遊び方を
チェック!



2本にさいた紙テープの1本に、ダブルクリップをつけた輪ゴムを通し、「スタート」の合図で前から後ろへ運びます。ただしこのとき、輪ゴムとダブルクリップにはふれてはいけません。一番先にゴールしたチームが勝ちとなります。



用意するもの

細くさいた紙テープ、輪ゴム、ダブルクリップ

アレンジ2 /

メリーゴーランドゲーム

動画で遊び方を
チェック!



2本にさいた紙テープのはしとはしをむすび、輪にします。「スタート」の合図で輪をチームのみんなでまわし、はやく一周させられたチームが勝ち。紙テープが切れたら失格となります。

紙テープのむすび目をスタートの目印にするといいよ!



用意するもの

細くさいた紙テープ

おまけのミニレクリエーション

遠足や行事の当日に起きるできごとを予想して、楽しめるレクをしようかします！
どれも、紙と筆記用具さえあれば手軽にできます。

到着時刻あてゲーム

バスが何時に着くか、みんなで予想！
一番予想時刻が近かった人の勝利となります。

- 1 バスが出発したころ、到着予定時刻をみんなに伝えた上で、実際の到着時刻を予想して、紙に書いてもらう。
- 2 レク係は、みんなの予想タイムを順番にならべておく。
- 3 レク係は、目的地に近づいたら「ただ今、〇時〇分です。もうすぐ〇〇さんの予想時刻です」などと話して車内を盛り上げる。

万歩計クイズ

先生が1日で何歩歩くか予想しましょう。
数字が最も近かった人の勝利です。

- 1 行きのバスのなかで、クラス全員で先生がその日に歩く歩数を予想。それぞれ紙に書いておく。
- 2 担任の先生や校長先生に、1日万歩計をつけて経過してもらおう。
- 3 帰りのバスの車内で、先生が歩いた歩数を発表！予想していた数字がいちばん近かった人が勝利。

すれちがいクイズ

バスとすれちがう車の台数を予想して遊びましょう。

- 1 「〇〇の場所に着くまで、赤い車と何台すれちがう？」「今から5分間で何台の車とすれちがう？」などと、レク係から出題する。
- 2 予想をそれぞれ紙に書く、または「5～10台だと思う人？」というようにレク係から聞いて、手をあげてもらおう。予想が近かった人たちの勝利！

レクを実践する先生方へ

こんな時どうする？ Q&A



回答者：北川雄一（小学校教諭）

Q レクを行っている時、なかには気持ちが高ぶってふざけすぎてしまう子もいます。どのように対応すればよいのでしょうか。

A そのようなケースは、わざと目立って先生から注目されたい、という承認欲求から来ることが多いと思います。教師が過剰に反応したり怒ったりするのは逆効果です。ほくは、「それ面白いよ」などと冷静にアイメッセージで伝えるようにしています。

Q ときには、レクをやりたくないという子がいることもあり、困ってしまうことがあります。

A だれしも気分が乗らないという日はあるでしょう。それも認めましょう。「じゃあここで見ていてね。入りたくなったらいつでも言ってね」と声をかけ、目の届くところで見てもらいましょう。時々、「どう？」と声をかけて、君のことは見ているよというメッセージも伝えます。無理やり参加させることは、ないようにしたいものです。

Q 手をつないで行うレクの時、男女がはずかしいのか、手をつないでくれないことがあります。どのように対応すればよいのでしょうか。

A 高学年になればなるほど、はずかしさが出てくるお年頃ですよ。身体接触がない、または少ない遊びから徐々に慣らしていくと抵抗がなくなって自然につなげるようになることが多いです。どうしてもという時は、手と手の間にハンカチなどを挟み、直接握らなくてもOKとしましょう。手をつなぐことが、レクの目的ではないのですから。