

## ジャンケン列車

概要	まず二人組みでジャンケンをし、負け人は勝った人の後ろから肩に手をのせて並びます。別の組みと先頭の人同士でジャンケンをし、負けた組は勝った組みの後ろに並びます。これを繰り返していき一つの輪になります。		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	ジャンケン
隊形	自由隊形または一重円	形態	メンバー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	なし
やり方の手順			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 近くの人と二人組みでジャンケンをします。</li><li>2. 負け人は勝った人の後ろから肩に手をのせて並びます。</li><li>3. 二人組みで動き、別の組みと先頭の人同士でジャンケンをします。</li><li>4. 負けた組は勝った組みの後ろに並び4人組みになります。</li><li>5. 4人組みで動き、別の組みと先頭の人同士でジャンケンをします。</li><li>6. 負けた組は勝った組みの後ろに並び4人組みになります。</li><li>7. これを繰り返していきどんどん人数を増やしていきます。</li></ol>			
留意点			

## お開きジャンケン

概要	二人組みでジャンケンをし、負けた人は少しずつ足を開きます。最後に倒れた人が負けです。		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	ジャンケン
隊形	二人組み	形態	メンバー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	なし
やり方の手順			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 二人組みでジャンケンをします。</li><li>2. 負けた人は少しずつ足を開きます。</li><li>3. こうして二人組みでジャンケンをしていきます。</li><li>4. 最後に倒れた人が負けです。</li></ol>			
留意点			

## いす取りゲーム

概要	人数分より一つ少ないいすのまわりを回り、リーダーの合図でいすに座りま		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	少ないものを取る
隊形	一重円	形態	メンバー対メンバー
対象	誰でも	場所	室内
時間	5～10分	準備物	人数分より一つ少ない椅子
やり方の手順			
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 人数分より一つ少ない椅子を輪に並べ、メンバーはそのまわりに立ちます。</li><li>2. リーダーの合図で椅子のまわりを歩きます。</li><li>3. 「座れ」という合図で、椅子に座ります。</li><li>4. 座れなかった人はゲームからはずれ、椅子を一つ減らします。</li><li>5. こうしてどんどん椅子の数を減らしていき、最後の1つの椅子に座った人が優勝で</li></ol>			
留意点			
対抗意識が強くなりすぎて、けがをしないように気をつけます。			

## 魚鳥木

概要	リーダー「魚鳥木申すか申すか」                      メンバー「申す申す」リーダー「○ リーダーは○○のところで、魚か鳥か木のどれかを言ってだれかを指すので、当てられた人は5つ数える間に、指定されたものの名前を答えます(魚…マグロ、サバ)		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	反応の早さ
隊形	一重円	形態	リーダー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	なし

### やり方の手順

1. かけ声の練習をします。  
リーダー「魚鳥木申すか、申すか」                      メンバー「申す、申す」
2. リーダー「魚鳥木申すか、申すか」                      メンバー「申す申す」リーダー「○○」  
リーダーは○○のところで、魚か鳥か木のどれかを言ってだれかを指すので、当てられた人は5つ数える間に、指定されたものの名前を答えます(魚…マグロ、サバ)
3. リーダーは次々と指さしていきますので、指された人は答えていきます。
4. 間違えたり、いえなかった人が出たら、再びかけ声からはじめます。

### 留意点

## ジャンケンチャンピオン

概要	リーダーとメンバー全員でジャンケンします。リーダーに負けた人は座り、あいこと勝った人はジャンケンを続けます。こうして最後に残った人が勝ちで		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	ジャンケン
隊形	自由隊形または一重円	形態	リーダー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	なし

### やり方の手順

1. リーダーとメンバー全員でジャンケンします。
2. リーダーに負けた人は座り、あいこと勝った人はジャンケンを続けます。
3. どんどんジャンケンを続けていきます。
4. こうして最後に残った人が勝ちです。

### 留意点

## 1分間テスト

概要	目を閉じて座り、リーダーの合図から1分間たったと思った人は静かに立ち上がり		
段階	Aその気にさせる／導入	分類	予測
隊形	自由隊形または一重円	形態	リーダー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	リーダーは時計

### やり方の手順

1. リーダーの合図で全員一斉に目を閉じて座ります。
2. リーダーの合図から1分間たったと思った人は静かに立ち上がります。
3. 全員立ち上がった後、リーダーは1分に近かった人を紹介します。

### 留意点

## 大根抜き

概要	二チームに分かれて、一方のチームは大根になり、お互いにしっかりくっつき合います。もう一方のチームはこの大根を協力して引っ張って抜きます。引き抜かれた大根は、抜く側に入ります。		
段階	D1協力／連合	分類	トロプス 速さを競う
隊形	班ごとに	形態	2チーム対抗
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	特になし
やり方の手順			
1. 二チームに分かれて、一方のチームは大根になり、お互いにしっかりくっつき合います。 2. スタートの合図で、もう一方のチームはこの大根を協力して引っ張って抜きます。 3. 引き抜かれた大根は、抜く側に入ります。 4. サイトごまでのこった人が勝ちです。			
留意点			

## 突入ゲーム

概要	二チームに分かれて、一方のチームは手をつないで、円陣を組みます。もう一方のチームはどうにかして円陣の中に入り込みます。		
段階	D1協力／連合	分類	トロプス 速さを競う
隊形	班ごとに	形態	2チーム対抗
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	特になし
やり方の手順			
1. 二チームに分かれて、一方のチームは手をつないで、円陣を組みます。 2. スタートの合図で、もう一方のチームはどうにかして円陣の中に入り込みます。 3. 攻守交代します。 4. あいての円陣の中にたくさん入った方が勝ちです。			
留意点			

## ジャンケンラリー

概要	ポイントになる人を数箇所に配置します。メンバーは、スタートの合図で最初のポイントまで進み、ポイントの人とジャンケンをします。ジャンケンに勝てば次のポイントへ進み、一定時間内に何人ゴールできるかを競います。もしジャンケンに負けた場合は、どのポイントであってもスタートラインまで戻り、最初のポイントからやり直		
段階	B混ぜる／アイスブレイク	分類	ジャンケン
隊形	横1列	形態	リーダー対メンバー
対象	誰でも	場所	どこでも
時間	5～10分	準備物	なし
やり方の手順			
1. ポイントになる人を数箇所に配置します。 2. メンバーは、スタートの合図で最初のポイントまで進み、ポイントの人とジャンケンをし 3. ジャンケンに勝てば次のポイントへ進み、更にジャンケンに勝てば次のポイントに進みま 4. もしジャンケンに負けた場合は、どのポイントであってもスタートラインまで戻り、最初のポ イントからやり直します。 5. こうしてゴールにたどり着く速さを競います。			
留意点			