

課題解決ゲーム

2026年度版

ねらい 内 容	自分との対峙・挑戦、仲間への信頼・協力、成功体験・達成感など、自身の成長のために必要なことを、仲間との体験の中であらためて気づく機会をつくる。班の仲間と絆を深める。 このプログラムでは、班で協力して課題解決型のゲームを行うことで、チームワークや信頼関係を築いていくことができます。年齢や目的に合わせて活動を選択しましょう。
対 象	小学生～
期 間	通年 ※積雪や凍結等の状況により実施できない場合があります。
人 数	約50名（1班8名～10名程度）
集合場所	きずな広場
活動時間	1時間～3時間（説明：開始前10分 課題説明：5分程度×課題数）
活動場所	きずなひろば（体育館北側）
持ち物	帽子、運動できる服装（長袖・長ズボン）、軍手（必要に応じて） ※手荷物を持たない
施設職員	説明： あり※ 対応： あり※ 参加者全員が職員の説明を受けてから実施します。 ※団体引率者は、各課題（体験器具）の配置についてください。 ※団体独自に実施する場合はプログラム相談の際にお申し出ください。
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> 各体験器具の状態とおよび周囲に障害物や不要なものはないか確認する。 自分勝手な行動を慎み、班員全員で協力して取り組めるように促す。 物理的（身体的）な面だけでなく、感情面や班の仲間との関わりも重要となることから、班全体で協力して安全な環境を作り出せるよう意識させる。 クリアすることよりも、班の仲間と協力し、信頼することに重点を置く。

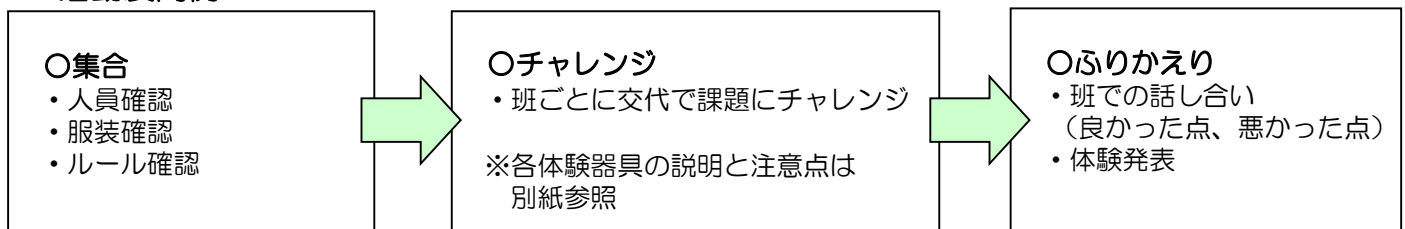
指導者の支援活動

- 1 課題（体験器具）の確認・選択
- 2 健康観察及び人数確認
- 3 服装及び持ち物の確認
- 4 各課題のルール説明及び緊急時の対応の確認
- 5 活動中の安全確認・注意喚起
- 6 ふりかえりの実施

子ども達の活動（班）

- 1 班ごとに服装及び人数の確認
- 2 各課題（体験器具）のルール及び注意事項の確認
- 3 班全員で課題解決に向けての活動
- 4 終了後のふりかえり

■ 活動展開例





この活動は、グループ内でコミュニケーションをとり協力して様々な課題を解決することを通じて、人間関係で最も大切な「仲間を信頼する心」や、成長のために必要な「自分自身を見つめ直す力」を養うことをねらいとしています。

活動を通して、仲間との協力の大切さや、葛藤を乗り越えながら課題に挑戦する経験、達成感などを十分に味わうことができます。

年齢や目的、指導者の人数、活動時間に合わせて活動を選択してください。

※時間はあくまでも目安です。年齢や内容のバリエーションによって異なります。

※基本的に、各体験器具には指導者の配置をお願いします。

※活動によっては、参加者のモチベーションを維持するため、活動の様子を見ながらレベルを調整してください。

島めぐり

○ねらい

難易度 ★★★

コミュニケーション 協力 達成感

○内容

木製の台を島に見立て、最初の島から最後の島まで長短2枚の板を使い、班員全員が一度も地面につかずに移動します。

○所要時間 30分

○ルール、注意点

- ・島から島へは直接ジャンプできない。
- ・板から島や別の板へ移動する際は、ジャンプなどの激しい動きをしない。
(板が揺れて危険です。)
- ・誰かが板に乗っているときに、板をつかまない。(手を挟むので危険です。)
- ・板に乗り降りする際は、板に対してまっすぐに行くこと。(横方向から乗り降りしようとすると、板が横に動いて危険です。)



ジャイアントシーソー

難易度 ★★★☆

○ねらい

ふれあい コミュニケーション 協力 達成感

○内容

大きなシーソーに乗り、シーソーが地面につかないように、班員全員の体重を使ってバランスを取りながら移動します。

○所要時間 30分

○ルール、注意点

- ・シーソーが地面につく位置に、手や足を入れないこと。
- ・シーソーに乗るのを待っている参加者は、シーソーから30cm以上離れること。
- ・乗り降りにはシーソーの中央から行うこと。
- ・乗り降りはゆっくりと行い、飛び乗ったり、飛び降りたりしないこと。
- ・バランスを崩してシーソーが地面についた場合は、指導者が傾いた側に足を乗せ、その傍から一人ずつゆっくりと降りる。

○バリエーション

- ・参加者は一人ずつ順番にシーソーの中央から乗り、班員全員が乗るまでバランスを保つ。
- ・班を半分に分け、両サイドに立ち、シーソーが地面につかないように注意しながら、お互いに反対側へ移動する。
- ・班の全員がシーソーに乗ってバランスを保った状態から、一人ずつシーソーの中央から降りていき、最終的に全員が降りる。



ホールインワン

難易度 ★★★☆

○ねらい

コミュニケーション 協力 達成感

○内容

設置された大きさや高さが異なるタイヤの中を、班員全員で協力してくぐり抜けます。

○所要時間 30分～50分

○ルール、注意点

- ・タイヤをくぐり抜けた側からの手助けできるのは、くぐり抜けた人に限る。
- ・一度タイヤをくぐり抜けた人は、元の場所に戻って、他の挑戦者の手助けはできない。
- ・身体接触が多い活動のため、ある程度、人間関係が築かれてから挑戦することが望ましい。

○バリエーション

- ・挑戦するタイヤの大きさやルールを調整する。



※タイヤは常設されておりませんので、実施前に準備が必要です。

くねくね丸太シャッフル

難易度 ★★★

○ねらい

ふれあい 協力 コミュニケーション

○内 容

設置された丸太の上に班員全員が乗り、指示に従って丸太から落ちないようにお互いの順番を入れ替える。

○所要時間 30分

○ルール、注意点

- ・丸太の上は滑りやすいので、丸太に乗る前に、靴の泥を払うこと。
- ・途中で一人でも丸太から落ちた場合は、最初からやり直す。
- ・話し合いのために、途中で丸太から降りることはできない。
- ・丸太から落ちそうになった場合は、他の人につかまらず、自分で安全に降りるようにする。
- ・丸太には、足の裏以外の部分をつけない。

○バリエーション

- ・誕生日、身長、名前の50音などの順番で並び替える。
- ・足の裏以外で丸太に触れることを認める。(軍手着用)
- ・しゃがんでその上をまたぐという方法は禁止する。



モホークウォーク

難易度 ★☆☆

○ねらい

ふれあい 協力 コミュニケーション 達成感

○内 容

班員全員で肩を組み、バランスを取りながら1本の木を渡り切る。

○所要時間 15分

○ルール、注意点

- ・途中で一人でも丸太から落ちた場合は、他の人につかまらず、最初からやり直す。
- ・丸太から落ちそうになった場合は、他の人につかまらず、自分で降りるようにする。
- ・並び順や渡り方を工夫し、全員が無事に渡り切れるまで挑戦する。

○バリエーション

- ・手をつないで挑戦してみる。



林間立ち木とり

難易度 ★☆☆

○ねらい

ふれあい 協力 コミュニケーション

○内容

2人1組で手をつなぎ、どれだけ多くの木にひもを結ぶことが出来るかを競う。

ひもには長短があり、木の太さによっては結べないものもあるため、工夫しながら結ぶ必要がある。

○所要時間 20分

○ルール、注意点

- ・活動中はつないだ手を離さないこと。
- ・すでにひもが結んである木にはひもを結び付けることはできない。

○バリエーション

- ・結び方を指定する。(一結び、ちょうちょ結び)
- ・結んだひもをほどく競争を加えると、片付けも同時にできるようになる。



宇宙人

難易度 ★★★

○ねらい

ふれあい 協力 コミュニケーション

○内容

指導者の指示に従い、班員全員で手や足の数が制限された「宇宙人」を作り上げる。

○所要時間 20分

○ルール、注意点

- ・地面の状態を確認し、石や木の枝を取り除いておく。
- ・速さや形を競うものではなく、途中でやり方を変えたり、失敗した場合も何度でもやり直して良い。
- ・指示された宇宙人の形が完成したら、班員全員の体の一部が班の誰かに触れた状態を5秒間カウントする。

○バリエーション 8名の例

- ・肩を組んでも手をつないでも良いので、8人の体が班の誰かに触れた状態で、12本足の宇宙人をつくる。
- ・9本足の宇宙人
- ・14本足の宇宙人
- ・地面に足が4本、手が4本、お尻が2つくっついた宇宙人
- ・地面に足が2本、手が12本くっついた宇宙人
- ・地面に足が8本、手が6本、お尻が3つくっついた宇宙人
- ・地面におしりが6つ、手が3本、頭が1つくっついた宇宙人
- ・地面に足が4本、手が4本、お尻が4つくっついた宇宙人

スカイツリー

難易度 ★★★☆☆

○ねらい

協力 コミュニケーション

○内 容

1人1本の割りばしを使い、班で協力して薪を縦に積み上げ、スカイツリーのような形を作る。

○所要時間 30分

○ルール、注意点

- ・途中で崩れてしまった場合は、最初からやり直す。
- ・割りばしの持ち手部分（黒い部分）しか触れることはできない。
- ・割りばしの先端（赤い部分）でしか薪に触れることができない。
- ・3本の薪が積み上がった状態で、全員で10秒カウントする。

○バリエーション

- ・スタート場所（資材置き場）とスカイツリー設置場所（薪を積み上げる場所）の距離を調整する。
- ・持ち手の面積を調整する。
- ・積み上げる薪の数を調整する。



ブラインドスター

難易度 ★☆☆☆☆

○ねらい

協力 コミュニケーション

○内 容

全員が目隠しをして、1本のロープを使って様々な図形をつくる。

○所要時間 20分

○ルール、注意点

- ・必ず目隠しをつける。
- ・石や木の根が出ていないかを確認する。
- ・スタート前に話し合い、各自でどう動けばその図形が作れるのかを考える。

○バリエーション

- ・難しい形（星型など）にチャレンジさせる場合や、年齢が低い参加者の場合は、まず目隠しをせずに一度形を作ってもらってイメージしやすい。
<作る図形の例>：五芒星、正方形、正三角形など。
- ・グループの人数等に応じて班内でチーム分けをし、どちらがよりきれいな図形を作れるか、チーム対抗戦にするのも面白い。

むかでウォーク

難易度 ★☆☆☆☆

○ねらい

協力 コミュニケーション

○内 容

班員全員で息を合わせ、ムカデ歩きに挑戦する。

1本の板に等間隔で付けられたロープを手に持ち、全員でタイミングを合わせながら板を動かし、前に進む。

○所要時間 15分

○ルール、注意点

- ・転びそうになったら、ロープを離す。
- ・全員の息が合わないと前に進めないため、自分勝手な行動は控える。

○バリエーション

- ・スタートからゴールまでの距離を調節する。

課題解決ゲーム 概要

○ 活動の柱

- ① 体験活動を通して、楽しみながら学ぶ学習方法。
- ② 仲間と主体的に関わりながら一丸となって課題を解決することで、メンバー1人ひとりが成長するとともに、仲間との関係をより良いものに構築する。
- ③ 活動や体験だけに焦点を当てず、取り組み方や進め方、プロセスも重視する。

上記の3つが活動の大きな柱となります。

対象の年齢、運動能力、班の成熟度に応じて、どの点に重点を置くかは各団体の指導者の判断で、活動内容を設定してください。

○ 活動の進め方

- ・ 体験器具を用いた体験を通して得られるもの(動的)と、体験の中で得た気づきを他の人と共有することで得られるもの(静的)があります。
- ・ 特に後者では、自分が気づいたことや感じたことを、どのように共有するかが重要です。
- ・ 共有する際には、言葉で発言しづらい場合や話し合いがまとまらない場合などのデメリットがある。そのため、あらかじめ指導者が紙を用意し、『良かったこと・うれしかったこと』や、『嫌だったこと・悪いと感じたこと』などの項目に分けて、班員に記入させます。
- ・ これにより、普段発言が苦手な人も意見を伝えやすくなり、班員全員の意見を集めやすくなります。
- ・ このような振り返りを活動の合間に取り入れることで『個人の関わり』が『班の目標達成に向けた関わり』へとつながり、班の中で個人がどのように関わりたいのかを考えることができます。

課題解決ゲームは、必ずしも成功体験につなげるわけではありません。多くの場合、班・個人の成長を目的として、難易度が高いものが多いです。失敗したり、うまくいかない場合、個人も班もモヤモヤした感情を抱くことがあります。そこで、その感情や考えをアウトプットすることで、班の向かうべき方向や目標を明確にし、さらに目標を達成するためのルールづくりまで行います。

- ・ これにより、設定した目標に対して自分がどのように関わることができたか、班全体としてルールを意識して、目標に向かうことができたかなど、活動の成功・失敗に左右されない新たな達成感の指標を持つことができます。
- ・ 指導者が常に意識すべき点は、個人の能力や体格差を『個性』と捉え、個々の気持ちを尊重し、関わりたいように関わられる活動にすることが重要です。
- ・ 全員を同じように活動に携わらせるということが必ずしも平等ではありません。それよりも、個々の気持ちや考えを平等に扱い、全員の意見に価値を認める班づくりを意識してください。

○ 指導者の準備

全体の進行を施設職員が行いますが、各班(もしくは各ポイント)には必ず指導者がついてください。

各ポイントでのゲーム説明や進行は指導者の役割です。事前に活動場所や体験器具の下見を行い、活動資料をよく読みゲーム内容の確認してください。

○ 活動時の注意点

- ・ 活動前の各体験器具の安全確認。
- ・ 体験器具で使用する道具の準備・片づけ。(倉庫からの搬出と搬入を含む)
- ・ 活動参加者の健康状態の確認。
- ・ 班ごと(もしくは各ポイントごと)必ず1名の指導者がつくこと。
- ・ 指導者とは別に、各体験器具ごとに安全管理を行う補助者を1名以上配置するのが望ましい。
- ・ 班の人数は適正か。(各体験器具は、子ども8名程度での利用が望ましい。)
- ・ 体験器具は危険を伴うものが多いため、子どもだけで遊ばせないようにする。
- ・ 帽子や軍手を必ず着用し、衣服や靴は運動に適したものを身につけさせる。
- ・ 年齢や運動能力を考慮し、無理をさせない。適宜水分補給を行い、健康状態を確認し、状況によっては活動を中断させる。
- ・ 安全を考慮したうえで、バリエーションを変えて実施する。
- ・ 事前に各体験器具の注意事項やルールを確認し、活動の目的を明確にしたうえで実施する。

(活動資料集参照)