

# アドベンチャーゲームルール

※用具の数は、特段の記載がない限り6チーム同時進行できるように記載しています。

## ① ジャンボジャン拳

- 用具 / レイ (1チームに5本)  
ストップウォッチ (1)  
ホイッスル (1)
- 係 / 進行係 (MC)、用具係、ゲーム促進係
  - 1チームあたり【5本】のレイを配布  
※6名以上でも1チームに5本。
  - ゲーム時間 / 5分



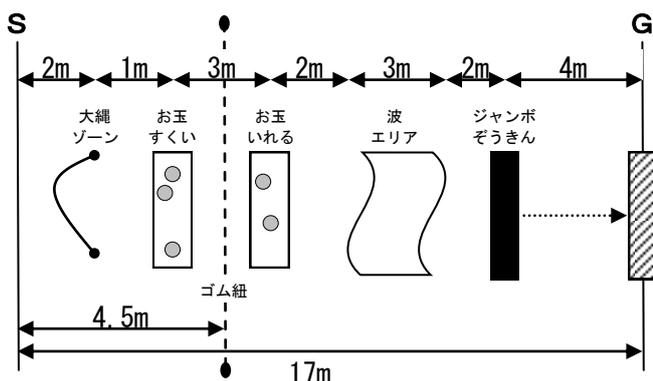
- ① 5人で手をつなぎ、横1列になる。
- ② 5人でジャンケン of 表現をする。  
グー：全員座る  
チョキ：人差し指、中指にあたる2人が立つ  
パー：全員立つ
- ③ 対戦チームを見つけ、ジャンケンをする。  
「ジャンケンポン」の掛け声の「ポン」のときにポーズをする。
- 勝ち：◎ジャンケンに勝った場合  
◎相手チームのメンバーがバラバラなポーズを取った場合
- 負け：◎ジャンケンに負けた場合  
◎メンバーがバラバラなポーズを取った場合
- あいこの場合：◎同じチームともう一度行なう。
- ④ 勝ったチームは、負けたチームのレイを1本もらう。

- 勝敗：5分間で何本のレイが集まるかを競う
- 縄★レンジャーチームに勝ったら3本、リーダーチーム (帽子が目印) に勝ったら2本貰える。
- ラッキールール：なし

## ② ジャングルアドベンチャー

- 用具 / ロングロープ (6)、ゴムヒモ、ポール  
ストップウォッチ (6)、ホイッスル (1)  
おたま (30)、ボール (30)、カゴ (12)  
布 (2)、ジャンボぞうきん (6)
- 係 / スタート係 (1)、審判・記録係 (6)  
用具係、誘導係
  - ゲーム時間 / 5チーム / 1セット × 20回

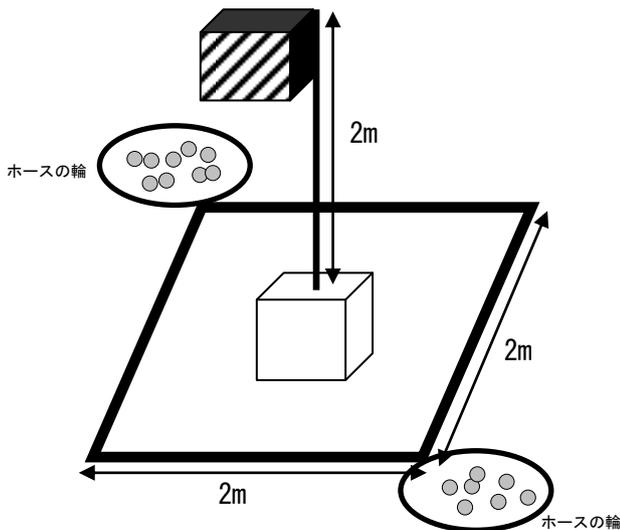
- ① 5人1組。
- ② スタートの合図で大縄ゾーンに向かい、5人で大縄跳びを一回飛ばす。
- ③ 飛んだら先にある箱の中から、おたまでボールを一つすくう。
- ④ おたまの上のボールを落とさないようにゴム紐をくぐり、先にある箱の中におたまごとボールを入れる。
- ⑤ 布でできた波エリアの中を潜り抜ける。
- ⑥ ジャンボぞうきんに全員到着したら、5人でぞうきんがけの要領で前に進みゴール。



- \* スタッフは波エリアで布の四隅を持ち、波を表現するように上下に揺らす。
- \* 波エリアは膝をついて潜り抜けないよう注意をする。
- \* ジャンボぞうきんが全てゴールラインを越えたらゴール。

### ③スペースボールホール

- 用具 / ストップウォッチ(6)、ホイッスル(1)  
お手玉(25×6)、カゴ(6) ポール(6)  
段ボール(6)、ホースの輪(12)
- 係 / スタート係(1)、審判・記録係(6)  
ポールを支える係(6) 用具係、誘導係
- ゲーム時間/制限時間1分/1セット  
4~6チーム/1セット×20回



- ① 5人1組。選手は枠の外でスタートを待つ。
- ② お手玉は四角に囲ったラインの角2つに置いたホースの輪の中に置いた状態にする。
- ③ スタートの合図でお手玉を拾い、枠の外からカゴに向かって投げる。
- ④ カゴに入らなかったお手玉は拾いに行き行って再度投げて良い。ただし、枠の外に出て投げる。
- ⑤ 25個全て入ったらクリア。

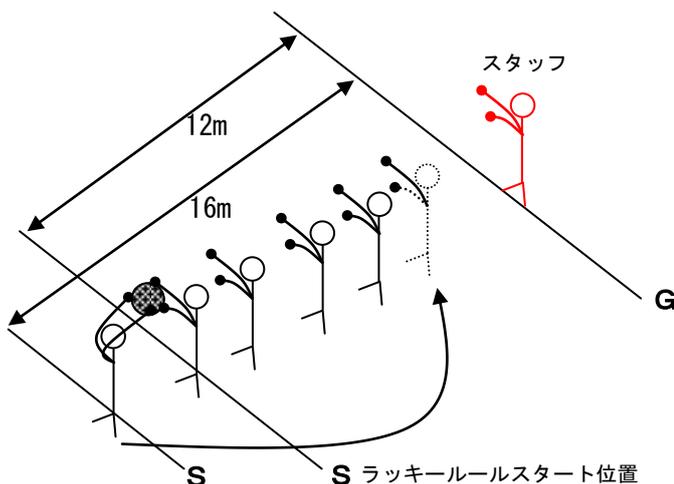
- \*お手玉は1つ1つ投げる。
- \*ポールは、段ボールの上に乗せる
- \*時間内にクリアできなかつたら入った数が記録

#### ■ラッキールール

小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、ダンボールを外しカゴの高さを低くする。

### ④ドリームバルーントゥザフューチャー

- 用具 / 3ftバルーン(6)  
ストップウォッチ(7)、ホイッスル(1)
- 係 / スタート係(1)、審判・記録係(6)  
用具係、誘導係
- ゲーム時間/制限時間1分30秒/1セット  
4~6チーム/1セット×20回



- ① 5人1組。
- ② スタートラインより後ろに5人がゴールとは反対側を向いて縦一列に並び、スタートラインに足を乗せている人がバルーンを持つ。
- ③ スタートの合図でバルーンを持った人がブリッジをする要領で後ろの人に渡す。後ろの人はキャッチをする。
- ④ バルーンを渡した人はゴール方向へ移動し、列の一番後ろに立つ。
- ⑤ バルーンをキャッチした人は同じ要領で後ろの人に渡す。
- ⑥ ④と⑤を繰り返しゴールを目指す。
- ⑦ ボールをゴールラインにいるスタッフに渡せばクリア。

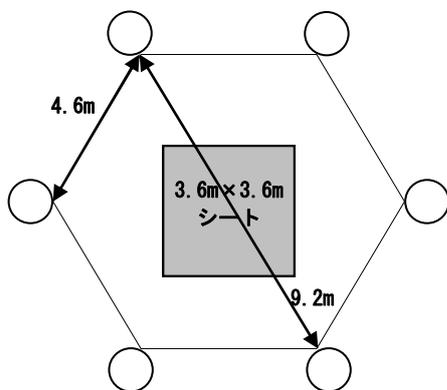
- \*渡す人と受け取る人の間隔は自由。
- \*落としたり渡す人が拾って後ろの人に渡す。
- \*時間内にクリアできなかつたら記録1分30秒

#### ■ラッキールール

小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、12mのチャレンジとする。

## ⑤ トーテムポールスタックス

- 用具 / 専用ダンボール箱 (11個×6チーム)  
ビニールシート (1)、ホイッスル (1)  
ホースの輪 (6)、ストップウォッチ (7)
- 係 / スタート係 (1)、審判・記録係 (6)  
用具係、誘導係
- ゲーム時間 / 制限時間 2分 / 1セット  
4~6チーム / 1セット × 20回



- ① 5人1組。ホースの輪の中に片足を入れてスタートを待つ。
- ② スタートの合図で自分のチームの色のダンボール箱を中央にあるビニールシートから運び、自陣のホースの輪の中にダンボール箱11個を時間内に積み上げる。
- ③ 積み上げ終わって、3秒静止でクリアとする。

- \* 倒れても時間内なら再チャレンジできる。
- \* 11個積み上げの時間を競う【タイムレース】
- \* 倒れながら3秒は無効。直立した状態で3秒保つ。
- \* クリアできなかった場合は、2分経過時点で手を離し、残った個数を記録とする。

### ■ ラッキールール

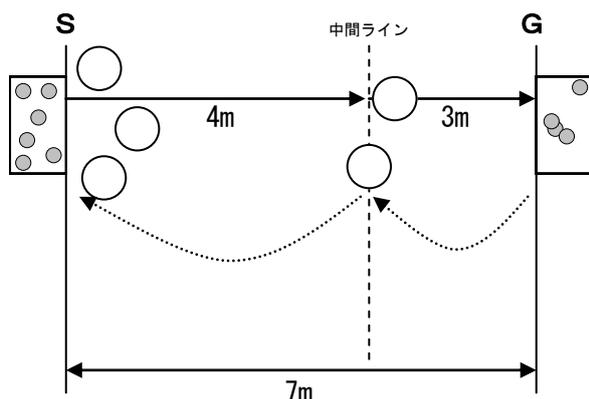
小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、10個(1個減)でのチャレンジとする。

### ■ 規格

- ・ダンボールのサイズ：外寸25cm×25cm×25cm
- ・ホースの輪の大きさ：円周約2m

## ⑥ カラフルエッグリターンズ

- 用具 / ストップウォッチ (6)、ホイッスル (1)  
ボール (10×6)、ざる (6×6)  
ボールを入れるカゴ (2×6)、  
段ボール (6)、鳥のぬいぐるみ (6)
- 係 / スタート係 (1)、審判・記録係 (6)  
用具係、誘導係
- ゲーム時間 / 制限時間 1分30秒 / 1セット  
4~6チーム / 1セット × 20回



- ① 5人1組。
- ② 3人がスタートラインに並び、2人が中間のラインに並ぶ。その際足に「ざる」を着ける。
- ③ 進行係のスタートの合図でスタートの選手は足の「ざる」にボールを一つ入れ、中間ラインへ向かう。
- ④ スタートの選手は足の動きだけで、中間ラインの選手の足の「ざる」にボールを渡す。
- ⑤ 中間ラインの選手はボールをゴールのカゴへ持って行き中に入れる。
- ⑥ 10個全てのボールがゴールしたらクリア

- \* ゴールのカゴは、段ボールの上に乗せる
- \* 6人組の場合は、スタートラインに4人並ぶ
- \* 移動中にボールが落ちたら、拾って落ちた場所から再スタート
- \* 時間内にクリアできなかったら記録は1分30秒

### ■ ラッキールール

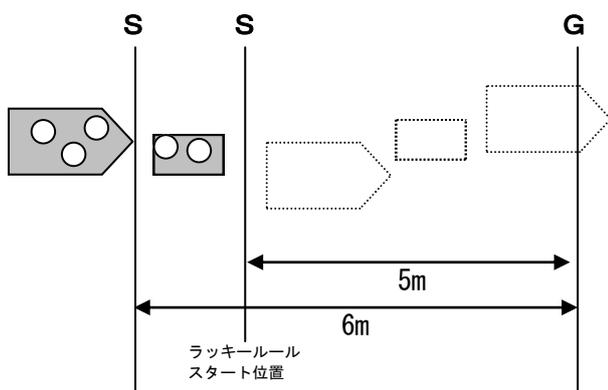
小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、ゴールのカゴを低くする(段ボール箱をはずす)

## ⑦ マグマをわたってゴーゴーシップ

○用具 / 布(大×6 小×6)  
ストップウォッチ(7)、ホイッスル(1)

○係 / スタート係(1)、審判・記録係(6)  
用具係、誘導係

●ゲーム時間 / 制限時間1分30秒 / 1セット  
4~6チーム / 1セット×20回



- ① 5人1組。
- ② スタートラインに船をイメージした布(大)を用意し全員が乗る。メンバー一人がいかだをイメージした布(小)を持ってスタンバイ。
- ③ スタートしたら、布(小)をゴール方向へ敷き、全員が乗り移る。
- ④ 布(大)を拾い、ゴール方向へ広げ、布(大)へ乗り移る。そして布(小)を拾う。これを交互に繰り返し、ゴールを目指す。
- ⑤ ゴールラインに布(大)もしくは布(小)が乗り、その布に5人全員が乗れたらクリア。

\* 布から布へ渡る時に、布の外へ足が落ちたら、渡る前の布からやり直す。それ以外の時に足が落ちたら、すぐに足を布の上に戻す。

\* 時間内にクリアできなかったら記録1分30秒

### ■ラッキールール

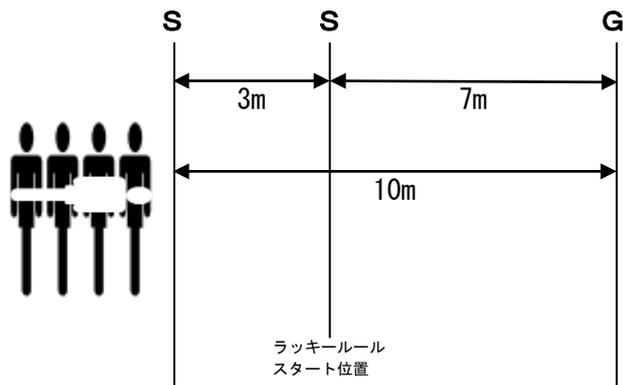
小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、5メートル(1メートル減)のチャレンジとする。

## ⑧ ゴロゴロレスキュー

○用具 / ストップウォッチ(6)  
ホイッスル(1)

○係 / 審判・記録係(6)  
誘導係

●ゲーム時間 / 4~6チーム / 1セット×20回



- ① 5人1組。
- ② 上になるメンバー1人を決める。他のメンバーは、コロの丸太の役となる。
- ③ コロ丸太役の4人は、寝転がり、その上に1人が横たわる。
- ④ コロ丸太役は、回転し、上のメンバーをゴール地点まで運ぶ。

\* スタート時の態勢：上の者が両手を伸ばした状態で、指先がスタートラインとなるようにする。

\* ゴールは、体の一部がゴールラインにかかった時点とする。

\* スタート・ゴール間は、10メートルとする。

\* ゴールまでのタイムを競う【タイムレース】

\* 時間内にクリアできなかったら記録2分

### ■ラッキールール

小学2年生以下が3人以上(過半数)いる場合は、7メートル(3メートル減)のチャレンジとする。