



山形県朝日少年自然の家

体験活動資料①

野外活動 編



朝日少年自然の家
オリジナルキャラクター

プラたん

目 次

【野外活動 編】

※支援ガイドライン：子どもの育ちに繋がる支援	1
◆自然の冒険	4
※自然の冒険マニュアル	5
※支援ガイドライン：野外自然体験の指導	6
◆ウォークラリー	8
※支援ガイドライン：ウォークラリーの指導	9
◆もりのなかまコース	12
※もりのなかまコース地図	13
◆ツリーアドベンチャー（樹木の道）	14
※ツリーアドベンチャーコース地図	15
※ツリーアドベンチャーコース問題用紙	16
※ツリーアドベンチャーコース解答用紙	17
◆ネイチャーゲーム	18
◆仲間づくり	18
◆ネイチャー・トライアル	19
※支援ガイドライン：ネイチャー・トライアルの指導 ..	20
◆ナイトハイキング	23
※ナイトハイキングコース地図	24
◆キャンプファイヤー	25
◆天体観測	26
◆野鳥観察	26
◆フライングディスクゴルフ	27
◆グラウンドゴルフ	27
※スコアシート	28
◆春（秋）さがし	29
◆スノーチューブ滑り（冬）	30
◆アニマルトレッキング（冬）	32
◆雪どうろうづくり（冬）	32
※支援ガイドライン：活動のふり返しについて	33

タイトル右側にある記載について

※要 相談 事前打ち合わせ時に、ご相談ください。
※セミナー・下見必須 活動前のセミナー参加、または下見が必須です。
記載なし 原則として、各団体で対応してください。

◆◆◆ 子どもの育ちに繋がる支援について ◆◆◆

朝日少年自然の家

子どもたちが、本所に到着して最初に行う活動は「入所式」です。

入所式は、お決まりの儀式ではなく、野外炊飯等と同じ「活動である」という意識を持たなければならないと考えます。『育ち』に結びつく活動であってほしいと思います。

活動の主体は「子ども」です。どんな活動においても、子どもに考えさせ、子どもに活動を背負わせてほしいと願っています。指導者の指示やシナリオで子どもを動かすような教師主導を抑え、子ども自らの思いによって活動を展開する『子ども主体の学び』を構築していかななければならないと考えます。

1. 子ども主体の学びとは

子ども主体の学びは、「形」や「見た目」の問題ではないので、大人の手を借りずに活動していればよい、子どもに活動を任せればよい、ということではありません。

子ども自らが目的意識や課題意識をもち、懸命に思考したり、仲間に思いや考えを伝えたり、仲間の思いに触れて新たに思考し始めたり、必要な情報を集めたり、仲間の姿に感化されたり… 誰かの思いを付度するわけではなく、誰かの評価を気にするわけでもなく、自分たちのよりよい暮らしや自分の納得に向かって追究している、そのような学びを「子ども主体の学び」と捉えています。

子ども主体の学びは、子どもたちの「未来を切り拓いていく資質・能力」を高める土台であり、「人間力」に結びつく欠かせない条件であると考えます。

2. 気になる実際の場面と考察

場面① ある学校の子どもたちのあいさつの姿

あいさつができる子どもに育てたい… いつの時代においても、各学校で大切にしてきた教育理念です。

ある学校の子どもたちは、施設内で本所スタッフに対して、気持ちのいいあいさつを交わしていました。注目すべきなのは、一人一人のあいさつが異なるということです。おじぎ付きのあいさつ、笑顔付きのあいさつ、フレンドリーなあいさつ、会釈のみのあいさつ… どの子どものあいさつも、とても自然であり、相手とかかわろうとする思いに溢れていました。この子どもたちは、あいさつによって人と繋がる心地よさや人とかかわる楽しさをたくさん実感してきたのだらうと思います。

私たち指導者が「形」を求めれば、子どもは「形」におさまろうとします。しかし、何も求めなければ、子どもは動きません。『人とかかわり』という視点からあいさつを含めた『子どもの育ち』について考えていく必要性を、この学校の子どもたちの姿から学ばせていただきました。

場面② 入所式等で、司会をする子どもが気にしていること

自分の思いや考えで司会を務めている子どもは、途中で戸惑ったりすることもあります。この貴重な経験によって確実に力を高めます。一方、指導者の反応を気にしながら司会をする子どもの姿も、時折見受けられます。これは、子どもの判断基準が自分の中に存在しない…ということだろうと想像できます。

日常的に、指導者の評価によって活動の良し悪しが決まる、指導者のゴーサインが出ないと前に進めない、活動のほとんどが指導者の指示で動く、そうになると、子どもは自分で物事を判断して動く自信がもてなくなります。

生徒指導の3機能「自己存在感を与える」「自己決定の場を与える」「共感的人間関係を育成する」を、日常の中に根付かせていくことが大切であると考えます。

場面③ 友だちの発表等に対する周りの子どもたちの反応

子どもの発表よりも指導者の話の方が分かりやすく正確に伝わります。しかし、日常的に、子どもの発表を指導者が言い直したり、学習のまとめを指導者がトップダウンで下ろしたりしていれば、友だちの発表を聞く必要感がなくなり、子ども同士の交流が薄れてきます。

子どもが子どもに思いを伝える… 子どもたち自身が課題を解決し、自分なりの言葉で発信する… 友だちの発表が分かりにくい時には、質問をしたり周りの友だちが解釈してあげたりする… そのような姿勢を追求することで、子どもたちは友だちの思いや考えに寄り添えるようになって考えます。

場面④ 他の団体が集会をしている近くを通る際の子どもたち

学校において、授業中なのに廊下で大声を出したり走ったりするような場面やある学年の子どもたちが集合している前を堂々と横切っていくような場面等が見受けられるのではないのでしょうか。

他人に迷惑をかける行為ということについて深く考える機会を、事あるごとに設定していく必要があります。自然の家でも同じです。自分を客観視する力、その場の空気を読む力、自己管理能力等を高め、社会を生きていく上で必要な「常識」や「良識」を育てていかなければならないと考えます。

場面⑤ 子どもたちに対して事細かに指示を出す指導者

私たち指導者が期待したいのは、子どもたちが課題を乗り越えるために深く思考し、仲間と協力し合いながら活動する姿です。

事細かな指示を受けた子どもたちは、指導者が言った通りに動くだけの受け身になりがちです。活動が予定通りに進むことを意識して指示を出せば、せっかくの思考場面や協働場面を奪ってしまう危険性があります。

予想される子どもの反応を意識しながら、指示内容を吟味することが大切です。

場面⑥ 自分で判断できない子どもたち

学校において、次のような場面を目にしたことはありませんか？

- ・掃除や作業の終わりを自分（たち）で判断できない。
- ・拳手した後、手を下ろすように言われないと下ろせない。
- ・一人でもできる職員室への用事に二人以上で来る。

ほとんどの子どもは、何度も経験のあることについては自ら行動に移すことができますが、初めてのことや突発的なことに対して憶病になってしまいがちです。

自分で判断して行動するのが当たり前の日常生活を構築していく必要があると考えます。子どもたちにとっては、とても大きな挑戦になることでしょう。勇気も必要です。指導者は、一人一人の少しの踏ん張りも見逃すことなく、価値づけていただきたいと思います。その積み重ねによって、子どもたちは、自分の力の高まりを実感できるようになり、自立に向かって歩み始めます。

場面⑦ 周りの友だちに声がけができる子ども

子どもたちには、自分のことだけでなく、周りの友だちに目を向けられるようになってほしいと願っています。

誰かが話をしようとしている時には、「静かに話を聴こう」と声がけをする… 指導者が全体に注意したことを子どもが広める… 集合時刻や開始時刻を察知して全体に声がけをする… 次の日の持ち物で、みんなが忘れてしまいそうな物に気付き、全体に呼びかける… 掃除等の作業で遅れている場所に気付き、手の空いた人から手伝うように呼びかける… トラブル等が起きた場合には、その友だちに近づいて事情を聞いてあげる… 『自分たちで心地よいくらしを創る』という日常を子ども一人一人に求めていくことが大切であると考えます。

ただし、子どもたちの「言い方」については、アンテナを高くしておく必要があります。相手の心を傷つけるような言い方、みんなのやる気を低下させてしまうような言い方等を目にした際には、「心地よいくらしになっているか」について考えさせる必要があります。

本所で見られる子どもたちの姿は、日々の教育活動と結びついています。ですから、子どもの姿を一過性のものと捉えず、学年・学級経営（カリキュラムマネジメント）の繋がりとして見るべきであろうと考えます。

来所した際には、見栄えを気にしたり、形を取り繕ったりする必要はありません。子どもたちの素の姿から、成長を確かめたり課題を明らかにしたりしていただければと思っています。そして、学校に帰ってから、その要因について検証し、学年・学級経営に活かしてほしいと願っています。

その教育の営みによって子どもは育ちます。

自然の冒険

1. 活動概要

山道に設置してある矢印を頼りに、森の中のコースを巡ります。がけ下りやがけ登りなどの難所もあり、子どもたちの挑戦意欲をかきたて、グループの絆が深まります。また、自然の風景を楽しみながら歩くことで、自然を身近に感じることもできます。

(高学年以上向け)

2. 活動場所 及び 所要時間

森の中や活動地を巡る専用コース・・・・・・ 約2時間 + 待ち時間

※参加人数が多いほど、待ち時間が増えます。5人×20グループの団体の場合、3時間を越えることもあります。

3. 活動内容等

①スタートとゴールは、本館玄関前になります。

②グループごとにまとまって、森の中に設置してある黄色の矢印をたどり、途中の難所を乗り越えながらゴールを目指します。

③スタートの時間差は、5分程度がいいようです。

※時間差が少ないと、がけ下りのところで大渋滞が起こります。

4. 準備（費用）等

【各 自】 軍手、帽子、長ぐつ、肌が出ない長そで、長ズボン

※荷物が多過ぎたり、手に荷物を持っていたりすると、がけ下りに支障をきたします。また、半そでや半ズボンでの活動は、がけ下りの時のすり傷につながります。

5. 実施上の留意点

①スタート前に確認すること

- ・矢印（黄色）を提示する。
- ・がけ下りの際のコツ（両手でロープをつかんで、がけにしっかり足の裏をつけて下る、脇をしめる）をしっかりと意識する。
- ・がけ下りの際に危険を感じたら、がけ下り担当の指導者に助けを求めるようにする。
- ・グループでまとまって行動することの重要性を意識させる。
- ・大朝日橋の通行禁止に伴うコース一部変更を確認する。

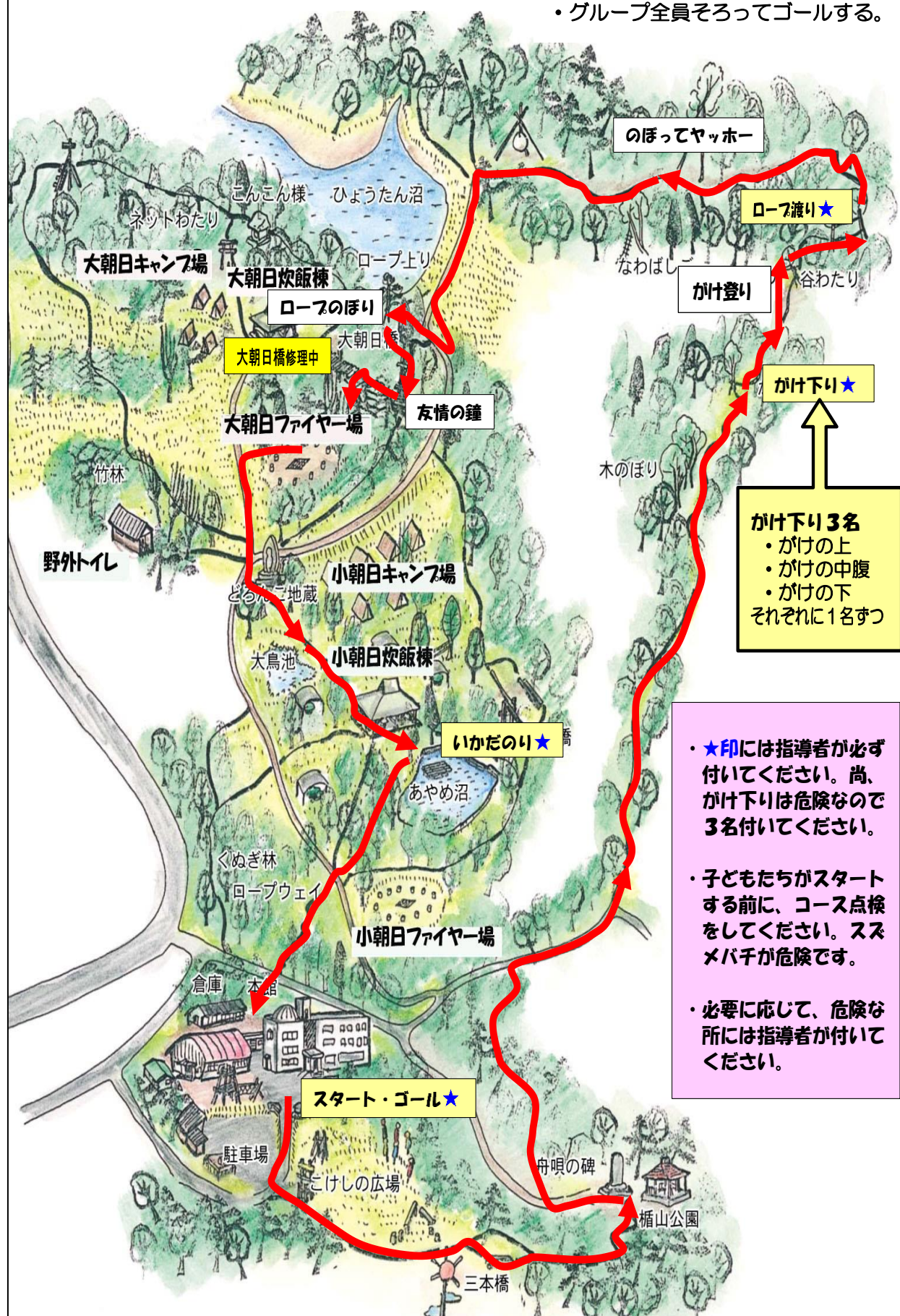
②参加者の体力や天候によって、所要時間は大きく変わります。ゆとりのある活動プログラムを作成してください。

③人数の多い団体については、待ち時間が長くなります。待っている子どもたちが、目的をもって過ごせるような活動（クラフト活動等）を仕組んでください。

④がけ下りの途中で、子どもが滑落しそうになった時に手助けできる大人が必要です。子どもを抱えながら下りることのできる指導者が付くようにしてください。

自然の冒険マニュアル (指導者用)

- ・黄色の矢印に従って進む。
- ・青色の看板に注目、挑戦してみる。
- ・グループ全員そろってゴールする。



◆◆◆ 野外自然体験の指導について ◆◆◆

朝日少年自然の家

子どもたちを取り巻く環境が変化している現状において、自然体験や本物体験は、子どもの成長に欠かすことのできない教育活動と言えます。

本所における野外自然体験は、次の8つの活動があります。

- ①自然の冒険 ②もりのなかま ⑤ナイトハイキング ④ネイチャーゲーム
③ツリーアドベンチャー（樹木の道） ⑥春(秋)さがし ⑦野鳥観察

※月山ブナの森探検

どれも、活動のフィールドが森の中であり、自然を相手にした活動です。子どもたちにとっては、魅力的な学習の場になると思いますが、危険が伴う場面も少なくありません。そこで、以下に示す「事前の下見」や「当日の指導」等を参考に、支援の方向性等について、ご検討いただければと願っております。

1. 事前の下見と準備

(1) 下見について

- ・本所の職員も活動地の点検を行っていますが、事前にコースをまわり、がけ崩れや倒木等の危険個所を把握してください。できれば、当日のスタート前にもコース点検することをお勧めします。朝の点検時にはスズメバチの姿はなかったのに、2時間後には、多く集まっているということも珍しくありません。
- ・指導者が立つ場所について、ご検討ください。ポイントは、子どもたちがコースから外れそうな地点、危険が伴うような地点等です。

(2) 準備について

- ・コース図等のグループに配付するカードがある場合は、本所ホームページよりダウンロードしていただき、団体ごとに準備してください。尚、用紙が濡れて困らないように、ラミネート加工することをお勧めします。
- ・子ども一人一人の持ち物や服装については、しおり等に明記してください。その詳細については、「体験活動資料」をご覧ください。
- ・地図等を挟むバインダーについては、本所よりグループに1つつ貸し出しすることが可能です。事前打ち合わせの際に申し出てください。

2. 当日の指導

(1) スタート前の指導について

①活動目的を意識させ、活動内容を理解させる。

- ・「グループみんなで力を合わせて、まとまって行動しよう」とする意識を十分に高めていただければと思います。
- ・活動内容や方法について説明してください。

「森の中の→矢印をたどる」「地図を見て、課題を解きながら進む」等

②森の中で、特に気をつけなければならないことを意識させる。

- ・本所の活動地で特に気をつけなければならないのは「スズメバチ」「ヘビ」「ウルシ」です。本所には、実物や写真画像などを準備しておりますので、スタート前の指導の際にご活用ください。

スズメバチ… 多くのハチが集まっているところには近付かない。ハチが近づいてきても、手で払いのけたり、物を投げたり、騒いだりせずに、飛び去るまで静かに待つ。(実物あり)

ヘビ………… マムシやヤマカガシは毒を持っているので注意が必要。ヘビに出会ってしまったら、離れて通り過ぎる。ヤブの中に急に足を入れると、ヘビに噛まれることがあるので、道を歩くこと。(画像あり)

ウルシ………… ウルシに素手で触れると、ただれてしまう。活動地のウルシは取り除いているが、ヤブの中に入ると生息している。(画像あり)

- ・「自然の冒険」にはがけ下りとがけ登りがあり、たいへん危険です。子どもたちに、がけの高さや斜面の様子をイメージさせ、安全に活動するためのコツ等を理解させてください。

高さ・斜面… 本館の屋上もしくは体育館の天井くらいの高さから急斜面を下り登る。

コツ………… 脇をしめ、ロープを両手でしっかり持つ。少しずつ手をずらすようにして、片手の時間をできるだけなくす。足は、つな引きをするような感じで、斜面にしっかりと付ける。SOS の時は、先生を呼ぶ。

服装………… 長そで、長ズボン、軍手、長ぐつ
(素手や素足→大きな擦り傷の危険あり。泥だらけになる活動。)

(2) 活動中の指導について

- ・グループがバラバラになっていたり、他の班と合体していたりした場合には、活動の目的や意味などを想起させ、自分たちのあり方等について考えさせるようにしてください。
- ・事故もしくは体調の悪化等の際のリスクマネジメントも大切です。

ウォークラリー

①ウォークラリーマップ②コマ図③問題用紙は「ウォークラリー資料」よりダウンロードしてください。

1. 活動概要

ウォークラリーマップとコマ図を頼りに、左沢の歴史や自然を感じながらコースを巡ります。グループみんなで相談しながらコースをたどっていくことで、仲間との絆を深めることができます。体力や活動時間に応じて、コースを選択することができます。

2. 活動場所 及び 所要時間

- ☐ A 左沢歴史ショートコース・・・ 1.5 時間以上 (約 4.0 km)
- ☐ B 左沢歴史ロングコース・・・ 2 時間以上 (約 6.7 km)
- ☐ C 公園めぐりコース・・・・・・ 3 時間以上 (約 8.0 km)
- ☐ D 大山自然公園コース・・・・・・ 5 時間以上 (約 13.0 km)
- ☐ E 入所もしくは退所ウォークラリー・・・スタートやゴール・コースを団体で指定

3. 活動内容等

- ①ウォークラリーマップとコマ図の見方を確認します。左沢歴史ショートコースおよび左沢歴史ロングコースの場合、問題を解きながら進みます。
- ②自然の家をスタート・ゴールとし、ウォークラリーマップとコマ図を見ながら進みます。
- ③基本はマップを見ながら進みますが、分かれ道に来て次の進み方がわからないときにコマ図を使います。使い方は、今まで来た道を背にして、コマ図をお腹にあてて、次に進む方向を確認します。
- ③スタートの時間差は、3～5分程度がいいようです。

4. 準備（費用）等

- 【自然の家】 トランシーバー（借用申請必要） 等
- 【各 自】 飲料水、タオル、雨具、帽子、昼食 等
- 【グループ】 ウォークラリーマップ、コマ図、問題用紙 **※ダウンロード必要**
 ※5つの公園めぐりコースと大山自然公園コースの問題用紙（課題）はありません。

5. 実施上の留意点 ※ウォークラリーの指導に係る詳細は、「次ページ資料」をご覧ください。

- ①スタート前の指導
 - ・活動の方法やルールを理解できるようにする。
 （グループでまとまって行動する。〇時〇分～〇時〇分の間にゴールする。）
 - ・みんなで知恵を出し合いながら協力することが大切であることを共有する。
 - ・道に迷ったら元の地点まで戻り、現在地を確認してから進むこと。
- ②緊急事態が発生した場合は、近隣の家や施設、車の通る道路に出て通りがかりの車に連絡してもらうよう指導します。
- ③指導者は、要所について指導するとともに、通過したグループや人数を確かめます。
 通過しないグループは道に迷っている可能性が高いので、早めに本部に連絡を取り、搜索を依頼します。
- ④必ず事前の下見を実施して子どもたちが迷いやすい場所を把握し、その対応方法についてご検討ください。

◆◆◆ ウォークラリーの指導について ◆◆◆

朝日少年自然の家

ウォークラリー（以下、「WR」と記載）は、WR マップやコマ図をもとに、グループで互いに相談しながら決められたコースを巡る活動です。高学年以上の子どもにとっては遣り甲斐十分であり、主体性や協働性の高まりが期待できる活動です。

本所では、4種類（6コース）のWRを用意しています。これまでは、①左沢歴史ショートWRを仕組む団体が多かったのですが、できれば、弁当をもって午前中からスタートし、午後にゴールする②③の方が、高学年以上の子どもたちには適していると感じています。WRには、多くの時間をかけるだけの値打ちがあると思います。

- ① 左沢歴史ショートWR（A・Bコース）… 約4.0km 1.5時間以上
- ② 左沢歴史ロングWR（A・Bコース）…… 約6.7km 2時間以上
- ③ 公園めぐりWR（一方方向のみ）…………… 約8.0km 3時間以上
- ④ 大山自然公園WR（一方方向のみ）…………… 約13.0km 5時間以上

子どもたちを指導者のもともとから街に放すわけですから、事前の下見や準備、当日の支援等が極めて重要になります。

ウォークラリーを通して 子どもを育ててほしい！

子どもたちが目指すゴールと指導者が思い描くゴールは違います。

子どもたちのゴールは「道に迷わずに無事に帰ってくること」。一方、指導者のゴールは、「道に迷った時に、みんなで知恵を出し合って乗り越えること」であり、「苦しい時に仲間と励まし合って活動すること」です。

しかし、子どもの育ちよりも、「時間通りに帰ってくること」や「迷わずにゴールすること」を優先する指導者の意識が多く見受けられます。子どもたちが道に迷わないように事前学習を徹底したり、子ども一人一人にマップやコマ図を配付したり、指導者が子どもたちを率いてWRをしたり… これでは、子どもたちの学びの機会や気づきの可能性を奪ってしまいます。

指導者としての最大の支援は、①ゆとりある活動時間を保障し、学びの機会を確保すること ②子どもたちの安全面を確保すること の2つです。

道に迷った子どもたちには、「何が原因なのか？」「どうすればよかったのか？」を考えさせ、自分たちで乗り越えられるように支援します。順調にコースを進んでいる子どもたちには、「どうしてうまくいっているのか？」を考えさせ、活動への向かい方について価値付けをします。そうすることで、子どもたちは、この活動の中での自分の変容に気付くことができると考えます。

子どもたちの「道に迷わずに無事に帰ってきたい」という思いを上手く活用しながら、子どもの学びを構築していただきたいと願っています。

1. 事前の下見と準備

(1) 下見について

- ・事前にコースをまわり、がけ崩れや道路工事等の危険個所を把握してください。できれば、当日のスタート前にもコース点検することをお勧めします。
- ・指導者が立つ場所について、ご検討ください。ポイントは、子どもたちがコースから外れたら検索が困難になるような地点、健康チェックや人数チェックが必要な地点、道路工事等の危険が伴うような地点等です。

(2) 準備について

- ・ウォークラリーマップ、コマ図、問題用紙等のグループに配付するカード類は、本所ホームページよりダウンロードしていただき、団体ごとに準備してください。尚、用紙が濡れて困らないように、ラミネート加工することをお勧めします。
- ・子ども一人一人の持ち物については、しおり等に明記してください。
(例) 水筒、タオル、雨具、筆記用具、ティッシュ、(弁当) ※帽子着用
- ・左沢歴史ロング WR、公園めぐり WR、大山自然公園 WR は、時間を要する活動なので、弁当を持参することになります。注文弁当をコースの途中で配付すると、道に迷ってたどり着けないグループが出た場合に、その子どもたちは昼食を食べることができなくなります。注文弁当の場合は、スタート時に配付するようにしてください。
- ・地図等を挟むバインダーについては、本所よりグループに1つずつ貸し出しすることが可能です。事前打ち合わせの際に申し出てください。
- ・公園めぐり WR は5つの公園を巡ります。それぞれの公園にミッション（指令）を準備したり、公園に到着するごとに何かをゲットしたり…など、先生方の工夫しだいで活動をより楽しいものに変えることができます。

(例1) 公園ごとに炊飯活動の食材カードを1枚ゲットできるルール。

「お米カード」「カレーカード」「薪カード」「デザートカード」など

(例2) 公園ごとにミッション（指令）をクリアして前に進むようなルール。

- ・グループ全員が、先生にジャンケンで勝ったら進む…
- ・この公園で〇分間遊んだら、進む…
- ・この公園のどこかに宝物が隠されている。それを探し当てたら進む…
- ・会話なしで、背中に文字を書いて伝言ゲームをして正解したら進む…

2. 当日の指導

(1) スタート前の指導について

①活動の目的を意識させる。

- ・子どもたちは、ウォークラリーを簡単な活動だと勘違いしがちです。道に迷えば、何時間もさまよってしまうこともある…ということを捉えさせ、「グループみんなで力を合わせて、まとまって行動しよう」とする意識を十分に高めていただければと思います。

②ゴール時刻を記録させる。

- ・〇時〇分～〇時〇分の間に自然の家玄関前にゴールし、先生に報告するように伝えます。

③ウォークラリーマップ・コマ図・問題用紙について説明する。

- ・道に迷わずにコースを進み、無事に帰ってくるためには、ウォークラリーマップをよく見て進むようにすること。
- ・ウォークラリーマップの①②等の番号のある場所に着いたら、コマ図のその番号を見て進む方向を確かめること。コマ図は、逆さまに見たり、横に見たりしないこと。
- ・左沢歴史ショート WR や左沢歴史ロング WR の場合、コマ図の中に「問1」「問2」等と書いてあるので、問題用紙のその問題について答えること。

④注意事項を意識させる。

- ・自分たちは今、ウォークラリーマップのどこにいるのか…これが分からなくなると道に迷います。グループの誰か一人に任せるのではなく、グループみんなでウォークラリーマップとコマ図を見て、進む方向を相談しながら決めるよう意識させてください。
 - ちなみに、グループみんなでウォークラリーマップを見て、今、自分たちはマップのどこにいるのかを話し合ってみましょう。
 - 次に、コマ図を見て、スタートしたら、どちらに進んでいけばいいのかを話し合ってみましょう。
- ・活動途中で緊急を要する事態が起きた場合は、近くのお店や民家などをお願いして自然の家に電話をさせるようにしてください。電話番号は、ウォークラリーマップもしくはコマ図に記載してあります。

(2) 活動中の指導について

- ・グループがバラバラになっていたり、遠く離れて歩いていた、他の班と合体していたりした場合には、活動の目的などを想起させ、その後の活動について考えさせるようにしてください。指導したにもかかわらず、安全確保が困難な場合には、活動中止もしくは個別に指導者が付き添う等の対応も必要になります。
- ・不測の事故もしくは子どもの体調の悪化等におけるリスクマネジメントも大切です。緊急車両係（パトロール係）も必要になります。

もりのなかまコース

1. 活動概要

森の中に設置してある様々な遊具に挑戦しながらコースを巡ります。

幼稚園・保育園～小学校中学年くらいまでが対象になります。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地内を巡る専用コース・・・・・・ 約1時間30分

3. 活動内容等

①もりのなかま（小動物）の看板（1～40）を探しながらコースをまわります。

②途中にある様々な遊具をクリアしながら進みます。

③スタートは、小朝日炊飯棟の手前にある、くりの木広場です。

4. 準備（費用）等

【団体・各自】 ・活動に合った服装 ・軍手 （長ぐつ…雨天時、足場が悪い時）

5. 実施上の留意点

①もりのなかまコース地図の「★印」は、指導者がついてほしい場所です。子どもたちが安全に活動できるように支援します。

②ロープウェイ（ターザンロープ）、大朝日橋、一本橋は「故障中」です。使用できませんので、ご了承ください。

③事前の下見をして危険個所を把握してください。その場所には指導者が立つようにしてください。

④各遊具について

・ツリーハウス…… 階段やはしごを使って、木の家にのぼります。何も使わずにのぼっても構いません。家から下りる時は注意が必要です。

・ネットわたり…… 地面に落ちないように、ネットからネットにわたって進みます。地面に落下しないように見守る必要があります。

・ロープのぼり…… ロープをつたって、上にのぼります。

・ロープくだり…… ロープをつたって、下におります。くれぐれも手をはなさないように見守る必要があります。

・くものすネット… ネットを越えて進みます。足を踏み外さないように見守る必要があります。

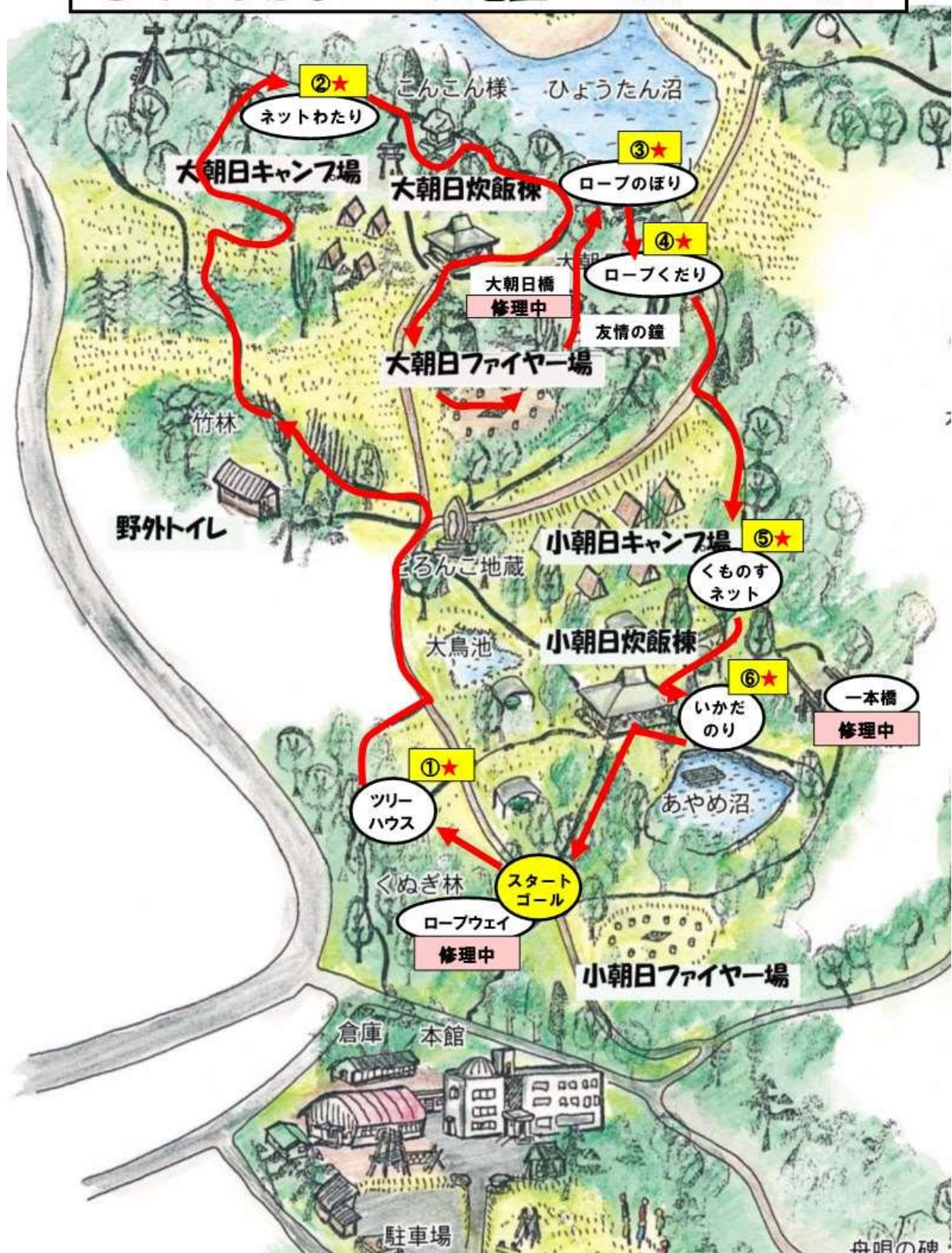
・いかだのり……… いかだに乗り、向こう岸まで行って戻ってきます。沼に落ちた場合の対応が必要です。

⑤2団体以上が利用する際は、スタート位置を変更していただくことがあります。

⑥遊具等の年齢制限は12歳以下となっています。故障の恐れがありますので、大人の方は利用しないようにしてください。

もりのなかまコース地図

★は指導者についてほしい場所です



ツリーアドベンチャー(樹木の道)

1. 活動概要

のんびりと活動地を散策しながら自然の木々に触れ、それぞれの木の特徴を学ぶことができます。植物に関する問題を解きながら活動するので、仲間と協力する意識を高めるきっかけにもなります。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地内を巡る専用コース・・・・・・・・ 1時間30分程度

3. 活動内容等

- ①コース地図、問題用紙、解答用紙を配付し、活動の方法やルールを理解します。木にはヒントや説明のカードが付いており、それを手がかりにして問題を解きます。
- ②班ごとにしっかりまとまって活動し、みんなで知恵を出し合うことなど、互いに協力しようとする意識を持って取り組みましょう。
- ③スタートの時間差は3～5分間隔がいいようです。

4. 準備(費用)等

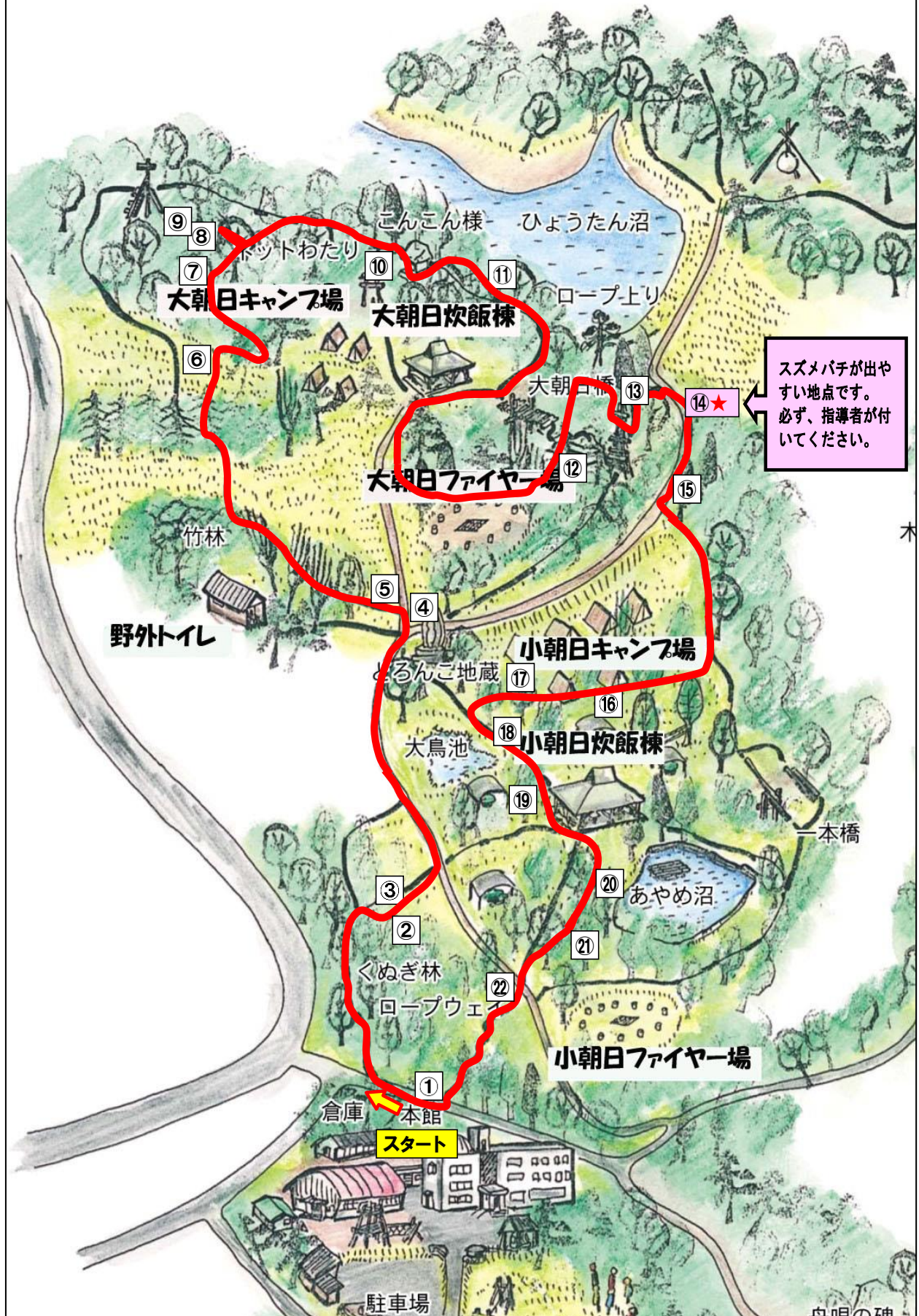
【自然の家】 ・正解表 ※子どもたちには見せないでください。

【各 自】 ・活動に合った服装 ・筆記用具 ・飲料水
・ツリーアドベンチャー地図・問題用紙・解答用紙 等
※ HPからダウンロードしてください。

5. 実施上の留意点

- ①事前の下見を実施して危険個所を確かめ、その場所には指導者が付くようにしてください。特に、「ひょうたん沼方面に抜ける道」が滑りやすくなっています。
- ②他の班と解答を教え合ったりカンニングしたりすると、面白さが半減します。そのような場面が見られた場合は、「みんなで楽しむ」ということについて深く考えさせるようにしてください。
- ③本所に、問題の正解表を用意しております。各グループの解答用紙を採点し、後ほど発表してください。その際の演出次第では、子どもたちがより達成感を得られると思います。

ツリーアドベンチャー(樹木の道)コース地図



ツリーアドベンチャー問題用紙

- 1 この木の、^き ^{もよう} ^{なに} ^に 模様は何に似ていますか。
 - 2 この木の、^き ^は ^{かたち} 葉はどんな 形 をしていますか。
 - 3 この木の、^き ^{ざい} ^{とくちょう} 材にはどんな 特 徴 がありますか。
 - 4 この木を枯らしてしまう原因は、マツノマダラカミキリと（ ）です。
 - 5 この木の、^き ^{はな} ^{ほか} ^{はな} ^に 花は他のどんな花に似ているでしょうか。
- スペシャル : ^{ばん} ^き ^{たか} 5 番の木の高さは、だいたい何メートルでしょうか。
- 6 この木は正 月（^き ^{しょうがつ} おさいとうの時）に使う「^{とき} ^{つか} ○○○木」です。
 - 7 この木に、^き ^{なまえ} この名前がついたのはどうしてでしょうか。
 - 8 この木に、^き ^{なまえ} この名前がついたのはどうしてでしょうか。
 - 9 この木の、^き ^{はな} 花からとれるあまくておいしいものは？
 - 10 この木の、^き ^{じゅえき} ^{むし} ^{あつ} 樹液にはどんな虫が集まってきますか。
 - 11 この木の、^き ^は ^{あき} 葉は秋になるとどんな色になりますか。
 - 12 この木の、^き ^は ^{こうよう} ^{あと} 葉は紅葉した後でどうなりますか。
- スペシャル : ^{おおあさひばし} ^{いた} ^{せんろ} ^{まくらぎ} ^{つか} 大朝日橋の板は、線路の枕木として使われていたものです。さて、この板
^{なに} ^き ^{つか} は何の木を使っているでしょうか。ヒント:これまで^{しゅるい} ^き ^み 12種類の木を見てきま
^{こた} ^{なか} ^{みず} ^{つよ} したが、^{こた} ^{なか} 答えはそこの中にあります。水に強く、くさりにくい木です。
- 13 この木にある、^き ^さ ^{ふと} ^{きず} 裂けた太い傷のことを何というでしょうか。
 - 14 この木の、^き ^{もよう} ^{なに} ^み ^に 模様は何の実に似ていますか。
 - 15 この木は、^き ^{かこう} ^{いえ} ^た ^{とき} 加工しやすいので、家を建てる時に（ ）として使われます。
 - 16 この木の、^き ^は ^{かたち} 葉はどんな 形 をしていますか。
 - 17 この木の、^き ^{なまえ} ^い ^み 名前にはどんな意味がありますか。
 - 18 この木の、^き ^{かたち} どんぐりはどんな 形 をしていますか。
 - 19 この木は、^き ^{がつ} 12月に（ ）として使われます。
 - 20 この木の、^き ^{たね} ^{どく} 種には（ ）という毒があります。
 - 21 この木の、^き ^は ^{うら} ^{しろ} ^{もよう} 葉の裏には白い模様がついています。どんな文字に見えますか。

ヒント：アルファベットです。

- 22 この木に、^き ^{なまえ} この名前がついたのはどうしてでしょうか。

ツリーアドベンチャー解答用紙

木の番号	この木の名前は	樹木クイズの答え
1		
2		
3		
4		
5		
スペシャル問題		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
スペシャル問題		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		

※スペシャル問題は共に6点。他はすべて2点で、100点満点になります。

ネイチャーゲーム

※要 相談
外部講師依頼

1. 活動概要

五感を働かせるゲーム等を通して、自然の中で活動する楽しさを体感することができます。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地内・・・ 1時間程度

3. 活動内容等

- ①ゲームに応じたグルーピングをし、安全に活動できる十分なスペースをとります。
- ②活動方法やルールを伝え、目的意識をもって活動しましょう。
内容は、五感を通して自然を感じるようなゲームが中心です。
- ③活動後は、グループの中で、自然の中で五感を働かせてみての気づきや感想などふり返りを行い、さらに交流を深めましょう。

4. 準備（費用）等

【自然の家】 必要な用具等は、スタッフが準備します。

5. 実施上の留意点

- ・指導者の方々も、子どもたちと一緒に活動を楽しんでください。
- ・子どもたちの仲間関係をよくするために、意図的にグルーピングをするなどの「陰の支援」も大切です。事前に、スタッフにご相談ください。

仲間づくり

1. 活動概要

構成的エンカウターの手法を用いて、子ども同士の繋がりを深めるきっかけをつくります。学級・学年経営にも活かすことができます。別名「アイスブレイク」とも言われ、冷たく閉ざされた心をほぐす…という意味があります。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地や体育館などの広い場所

※所要時間は60～90分間が目安です。

3. 活動内容等

- ①ゲームに応じたグルーピングをし、安全に活動できる十分なスペースをとります。
- ②活動方法やルールを理解し、目的意識をもって活動しましょう。
- ③活動後は、グループの中で、頑張ったことや仲間の良かったところ、などふり返りを行い、さらに交流を深めましょう。

4. 準備（費用）等

利用ガイドブックに掲載されているものを貸出できます。

5. 実施上の留意点

- ・子どもたちの仲間関係をよくするために、意図的にグルーピングをするなどの「陰の支援」も大切です。

ネイチャー・トライアル

1. 活動概要

3つのローエレメント（ジャンボシーソー、丸太わたり、宝島）を活用した「グループによる仲間づくり」です。課題を乗り越えるために、グループで知恵を出し合い、協力しながらチャレンジすることで、仲間との絆の大切さに気付くことができます。

2. 活動場所 及び 所要時間

小朝日炊飯棟近くの3つのローエレメント

..... 仲間づくり	20分
ジャンボシーソー ...	30分（振り返り5分含む）
丸太わたり	30分（振り返り5分含む）
宝島	30分（振り返り5分含む）

3つのローエレメントで 約2時間

3. 活動内容等

①グルーピングをし、約束事について確認します。

②心を開放するために、簡単な「仲間づくり（アイスブレイク）」を行います。

③ローエレメントごとに活動方法やルールを確認し、ネイチャー・トライアルに入り課題にチャレンジします。（ネイチャー・トライアルの時間は25分間）

④ローエレメントごとに、自分たちの高まりについての振り返りをします。（5分間）

4. 準備（費用）等

【自然の家】 必要な用具等は、スタッフが準備します。

5. 実施上の留意点

- ・子どもたちの仲間関係をよくするために、意図的にグルーピングをするなどの「陰の支援」も大切です。事前に、スタッフにご相談ください。
- ・ローエレメントにおける課題を乗り越えさせること（成功させること）が目的ではありません。詳しくは、次ページの指導資料をご覧ください。
- ・仲間づくり（アイスブレイク）は、安全面を確保する意味でとても重要です。省略することはできません。互いに体を支え合うことへの抵抗がなくなるまで行う必要があります。もし、仲間づくりに多くの時間を費やした際には、ローエレメントへの挑戦を一部省くなどの臨機応変な対応をお願いします。

◆◆◆ ネイチャー・トライアルの指導について ◆◆◆

朝日少年自然の家

本所のネイチャー・トライアルは、比較的安全な3つのローエレメントがあり、定員はどれも10名程度（8～12名）なので、最大で36名の子どもたちが一度に活動することが可能です。時間配分は、仲間づくりに20分程度、1つのローエレメントにつき30分程度です。3つのローエレメントを同時並行してローテーションさせることも可能です。その場合、指導者3名で分担し、30分ごとに子どもたちが移動するような仕組みをつくりまします。事前に、グルーピングやローエレメントの順番を決めておくことで、当日の活動に余裕が生まれます。

ネイチャー・トライアルは、指導者が支援を誤ると、子どもの学びを奪ってしまう危険性があります。それぞれのルール等を参考にして、「どう支援するのか」を十分に検討しておく必要があります。子どもの実態や活動中の子どもの反応によって支援は変わってくるものなので、指導内容や指導方法の「形」「パターン」は敢えて記載しておりません。

◇約束事の提示と仲間づくり（20分程度）

【約束事の提示】

3つの約束事を子どもたちに意識させます。

- ①友だちの心と体を傷つけない。…具体的に考えさせる。
- ②やるか、やらないかは、本人が決める。…危険が伴う活動もあるから。
- ③活動を終えるごとに、ふり返りをする。…高まりや課題についてふり返る。

【仲間づくり】

- ・ローエレメントにおける挑戦では、互いに手を取り合って友だちを助けたり、体を支え合ったりして課題を乗り越えます。この仲間づくりは、そのウォーミングアップです。楽しく活動する中で、男女の隔たり感や友だちと接触することへの恥ずかしさを取り除きます。

- （活動例）
- ・みんなで輪になって人間椅子（全員で 8人以上）
 - ・背中に文字を書いて伝える伝言ゲーム（グループ）
 - ・棒になった友だちが倒れるのを支えるゲーム（ペア） 等

- ・一つの活動を終えるごとに、ふり返りの場を設定します。

（例） 達成→「どうしてできたのか」 失敗→「どうすれば良かったのか」

- ・必要に応じて、手指消毒やマスク着用等の対応をお願いします。

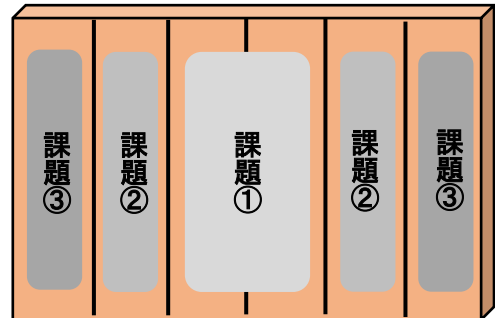
※「仲間づくり」のみの活動でも可能です。所員にご相談ください。

◆ジャンボシーソー（30分程度）

ルール… 課題解決時に、シーソーの左右いずれかが地面に付いたら失敗。
その課題を始めからやり直しとなる。

約束事… 下りる時には、全員が片側に寄ってから一人ずつ静かに下りる。
また、遊具ではないので、勝手に乗ったり、遊んだりしてはいけない。

- 課題①…**「全員が、シーソーの中央付近に乗る」
課題②…「全員が、2番目ラインよりも外側に乗る」
課題③…「全員が、3番目ラインよりも外側に乗る」
ふり返し…スタートから25分後、活動の途中でも
ストップし、5分間のふり返しに入る。



注1 課題を達成させることや成功させることが目的ではありません。子どもたちが熱心に思考したり、協力し合ったりすることが活動のゴールです。例え、失敗続きで活動を終了してもいいのです。活動のプロセスの中に、自分たちのあり方に対する気づきが生まれるように支援してください。成功させるために指示を出したり、答えを教えたりすることは絶対に避けてください。

注2 最後の指導者の話では、子どもたちが気付かなかった高まり等を取り上げ、価値付けてあげてください。子どもたちの大きな自信に繋がります。

◆丸太わり（30分程度）

ルール… 課題解決時に、丸太から一人でも地面に落ちたら失敗（片足を付いても失敗）。
その課題を始めからやり直し。

約束事… 平均台ではないので、目的と異なる使い方はしない。また、遊具ではないので、丸太で遊んではいけない。

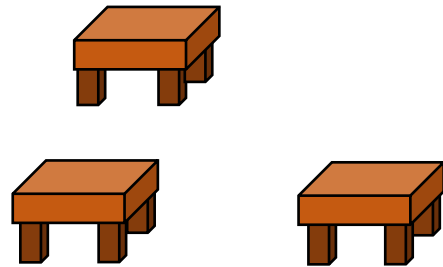


- 課題①…**「全員が、丸太の上に10秒間乗る」
課題②…「課題①の状態から、生まれた順が早い人から遅い人になるように並び直す」
課題③…「課題②の状態から、全く反対になるように並び直す」
ふり返し…スタートから25分後、途中でもストップし、5分間のふり返しに入る。

※ ジャンボシーソーの**注1**と**注2**に同じ。（要参照）

◆宝 島 (30分程度)

ルール… まずは、最初の島に全員が乗る。長い板1枚と短い板1枚をうまく使って、島から島へ渡らなければならない。途中で、島や板から一人でも地面に落ちたり、片足が地面に付いたりしたら失敗となる。また、地面に板を落としても失敗となる。前の島からやり直しとなる。



約束事… ジャンプして島に渡ろうとするのは危険なので禁止。また、遊具ではないので遊んではいけない。

課題①… 「長い板1枚と短い板1枚をうまく使って、近くの島に全員渡る」

課題②… 「課題①の状態から、長い板1枚と短い板1枚をうまく使って、最後の島に全員渡る」

ふり返し… スタートから25分後、途中でもストップし、5分間のふり返しに入る。

※ ジャンボシーソーの注1と注2に同じ。(要参照)

※ 宝島は、他のローエレメントに乗る活動よりも難易度がかなり高い活動です。板を渡る際には不安定になり危険が伴いますので、子どもが渡り始めたら、できる限り近い位置で見守り、いざという時には、子どもが転倒しないように手を添えて支えるようにしてください。その際、始めからやり直しでは酷なので、失敗したところからやり直すように支援することも一つの手です。

成功体験が思い出になる？ 人間の成長とは、そんなに単純なものではありません。子どもは、「本気の体験活動→自分の高まりの自覚」そうした価値ある活動の繰り返しによって育ち、「自立」に向かっていくものと考えます。

課題を乗り越えたいのに解決方法が見つからない。それでも、みんなで知恵を出し合えば、解決の糸口が見つかるかもしれない。そのような何らかの見通しが持てた時、子どもは活動に対する意欲を燃やし始めます。

いつもは物静かなAさんが熱心に自分の考えを伝え始める… ふざけてばかりのBさんがリーダーシップを発揮し始める… 無表情のCさんが友だちに手を差し伸べて一生懸命に支えている… 大人の指示で動かされるのではなく、本気になって自らの思いを表現しようとする子どもの姿を期待して支援していただきたいと思います。

心を燃やして活動するプロセスが「育ち」実現の鍵であり、それが結果として、自分の生き方・あり方に繋がる「かけがえのない思い出」になるのだらうと捉えています。

ナイトハイキング

1. 活動概要

夜の森は、昼間には気づけなかった「ひんやりとした空気感」「静けさ」「虫たちの鳴き声」等を身近に感じることができます。また、漆黒の闇は、子どもたちに恐怖心を感じさせ、そのことが逆に、子ども同士の結束力を高めるチャンスにもなります。

2. 活動場所 及び 所要時間

ナイトハイキング専用コース・・・・・・ 約30分間 ＋ 待ち時間

3. 活動内容等

- ①活動の目的を確認します。(夜の自然に触れるのが目的で、肝試しではありません。)
- ②蛍光塗料の矢印を頼りに、道を進んでいくことを確認します。道の分岐点には、必ず矢印があります。
- ③グループが1つにまとまって行動する大切さ、危険な場所でのお互いの声がけの必要性など、安全に活動するための注意事項を確認します。
- ④懐中電灯は、グループで1個のみとします。2個以上あると、グループがバラバラになる危険性があります。本館内に他の団体がいないければ、本館の電灯を消しておくことをお勧めします。
- ⑤怯えている仲間がいても、グループみんなで支え合いながら乗り越えるよう励まし合いましょう。
- ⑥スタートの時間差は、3～5分程度がいいようです。

4. 準備（費用）等

【団 体】 指導者1名につき懐中電灯1個

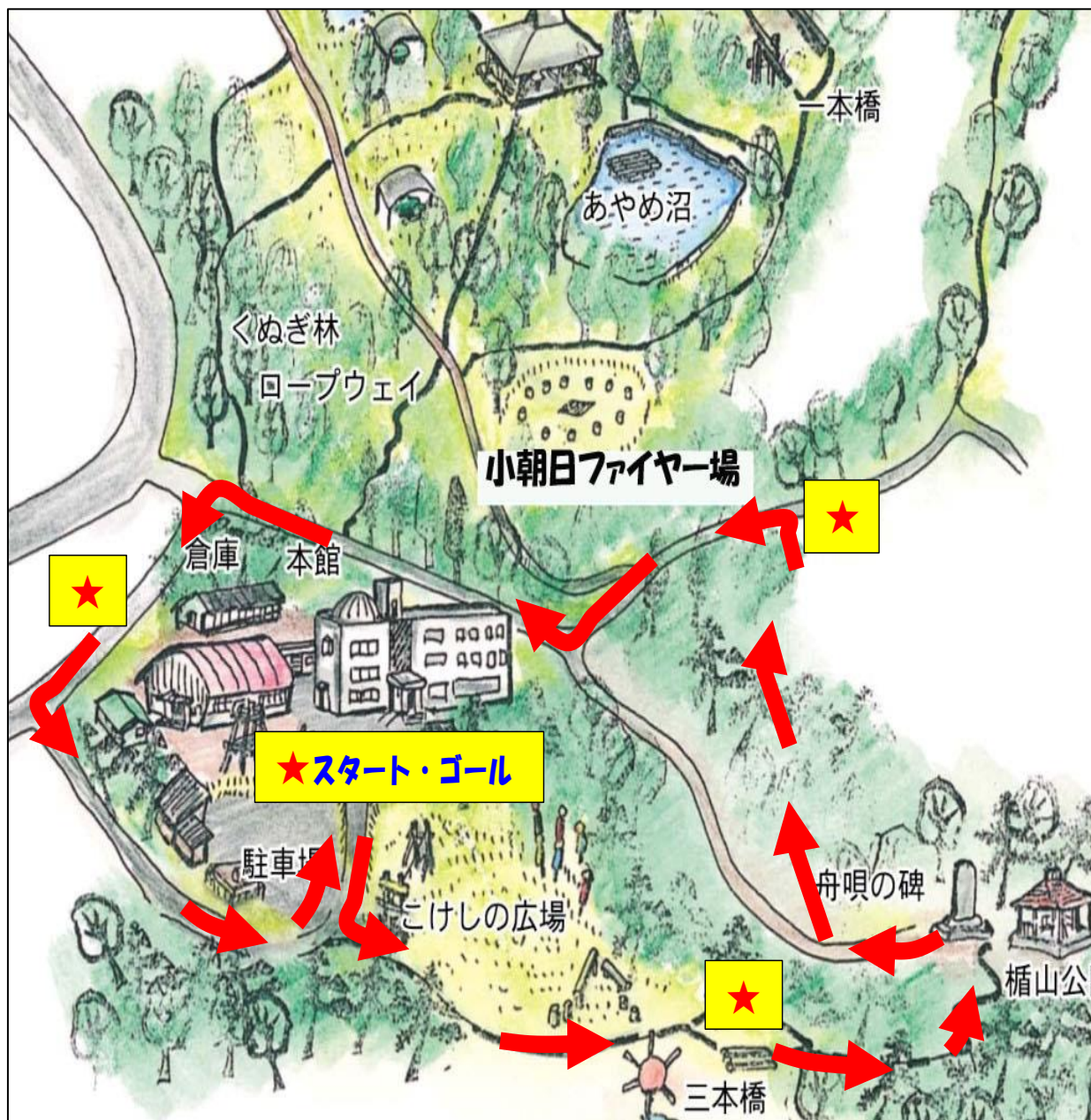
【グループ】 懐中電灯1個

※ ランタンの貸し出しも可能です(借用申請が必要です)。乾電池(単1電池3本)は団体が準備してください。

5. 実施上の留意点

- ①指導者は迷子を出さないように要所につきます。(ナイトハイキングコースの★印)
また、通過したグループや人数を確かめます。
- ②せっかくの夜の活動なので、夜景の見えるポイントで写真撮影をしたり、夜景を楽しんだりする遊び心も大切です。
- ③道に迷ったら、前に進まずに戻ります。また、夜は危険なので、絶対に走らないようにします。
- ④途中で、複数のグループが合わさってしまった場合は、要所についている指導者がグループを分けてスタートさせるようにします。

ナイトハイキング コース地図



- ・★印の地点には、指導者が付くようにしてください。
- ・このコースは、普通に歩いて20分程度の道のりですが、グループごとに懐中電灯1個で歩くので、想定よりも多く時間がかかると思われます。子どもたちの実態に応じて、スタートの間隔を調整してください。
- ・三本橋は滑りやすいので、1列で慎重に渡るように声がけしてください。
- ・三本橋以外の★印では、誤った道に入ってしまうと、探すのが困難になりますので、配慮が必要です。
- ・指導者の人数に余裕がある場合は、楯山公園に一人付いて夜景を楽しませるのもいいかと思います。

キャンプファイヤー

1. 活動概要

仲間意識の高まり、団結力の向上、友情の深まり… 自分たちの成果を確かめるのに最適な活動です。火を囲んでの様々な催しは、子どもたちに大きな感動を与えます。

2. 活動場所 及び 所要時間

大朝日ファイヤー場 もしくは 小朝日ファイヤー場

※所要時間は、団体の設定によります。

3. 活動内容等 ※室内の場合は、ランタンを使った「ランタンファイヤー」になります。

①事前準備として、丸太で井桁を組む作業があります。井桁の中心には、営火用薪を入れ、燃えやすくしておきます。また、トーチには灯油を染み込ませておきます。絶対に手元に灯油が垂れてこないように注意してください。火傷をします。

②役割を決めておきます。

- ・火の神…全員の代表（夜話を担当する） ・司会者…プログラムの進行
- ・火の巫女…火の神の先導 ・班長…井桁への点火、班代表の誓いの言葉
- ・火の守…雰囲気に合わせて火勢を調節（大人）

③班の出し物を準備しておきます。とても貴重な表現活動の場です。キャンプファイヤーならではのもの、みんなが楽しく、思い出に残るものなどを考えましょう。

④丸太のイスの準備や片付けの時刻を確認してください。

4. 準備（費用）等

【自然の家】 営火用薪、ファイヤー薪、灯油、バケツ、火の神と火の巫女の衣装 等
※余った灯油は井桁に注いでおきます。

【団 体】 点火用ライター、CDラジカセ、アンプ、トーチ棒 等

【各 自】 出し物に必要なもの 等

《費用例》 ・丸太16本…8320円 ・ファイヤー薪1束…330円
・灯油1ℓ…160円（灯油1ℓでトーチ棒10本が目安です）

5. 実施上の留意点

①トーチの布が手元に落ちないように、くぎを打つなどの工夫が必要です。

②火床の火が残っている間は、必ず1名以上で火の番をお願いします。火の番がつかない場合は、水で完全に消火してください。火災の心配がないようにしてください。

③翌朝には、残り木や灰などを炭捨て場に持っていき、きれいに掃除をしてください。

【プログラム例】

第1部……①入場 ②夜の歌 ③営火長の入場 ④営火長の話 ⑤分火
⑥班長による誓いの言葉 ⑦井桁に点火 ⑧歌

第2部……⑨出し物

第3部……⑩トーチサービス（営火長→班長へ分火→班のメンバーへ分火）

⑪別れの歌 ⑫終わりの言葉 ⑬退場（井桁にトーチを入れる）

天 体 観 測

1. 活動概要

プラネタリウムで星座や星の学習をした後に、実際の星空を眺める天体観測を設定することでリアルな学びに繋がります。天体に関する活用力を高めるチャンスです。

2. 活動場所 及び 所要時間

街や建物の電灯に影響されない活動地等の暗い場所

(大朝日キャンプファイヤー場、楯山公園 等) ※所要時間は30分程度。

3. 活動内容等

- ①プラネタリウムで登場した星座や星を思い出しながら1つ1つ探していきましょう。
- ②星座や星だけでなく、流れ星や人工衛星なども探してみましょう。

4. 準備（費用）等

月を観測する際は双眼鏡を貸出します。ただし、はじめから双眼鏡を使ってしまうと星座や星の位置を確かめようとする意識が低下してしまいます。

5. 実施上の留意点

夜の野外活動では、子どもたちの意識が高揚します。目的意識と安全に対する意識を十分に高めてから活動に入ることが大切です。

野 鳥 観 察

1. 活動概要

自然の家近辺には、多くの野鳥が生息しています。双眼鏡等を使って野鳥を探したり鳴き声に耳を傾けたりすることで、自然に対する親しみがもてるようになります。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地内 ※所要時間は、団体の設定によります。

3. 活動内容等

双眼鏡の数が限られているため、グループごとの選択活動の一つとして設定することをお勧めします。

4. 準備（費用）等

【自然の家】	・双眼鏡	・携帯野鳥図鑑	※借用依頼
【各 自】	・観察カード（各団体で準備）	・筆記用具	等

5. 実施上の留意点

活動区域や終了時刻等の約束事を確認した後に、活動をスタートします。

グラウンドゴルフ

1. 活動概要

木製クラブでボールを打ち、ゴルフのようにゴールにホールインするまでの打数を競う活動です。決められた順にコースをまわり、打数を記録します。高度な技能を必要としないので、初心者でも楽しむことのできる活動です。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地 ※所要時間は、団体の設定によります。
※ホールの場所やホール数も、団体で決めてください。

3. 活動内容等

- ①コースに出る前に、クラブでボールを打つ練習をします。
- ②役割として、リーダーと記録係を決めます。
- ③ホールポストにボールが入るように打ち、入るまでの打数を競います。

4. 準備（費用）等

【自然の家】 ・木製クラブ ・ボール ・ホールポスト ※借用依頼
【各 自】 ・筆記用具 ・スコアシート（団体で準備）

5. 実施上の留意点

- ・プレーヤーの邪魔をしたり、人に向かってボールを打ったりしてはいけません。
- ・道具を大事に扱い、自然を壊さないように気を付けましょう。
- ・食堂前のがけの下にボールがいかないように気を付けて打ってください。

フライングディスクゴルフ

1. 活動概要

ディスクを投げ、ゴルフのようにゴールにホールインするまでの打数を競う活動です。個人戦もよし、団体戦もよし、大人から子どもまで楽しめます。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地 ※所要時間は、団体の設定によります。
※ホールの場所やホール数も、団体で決めてください。

3. 活動内容等

- ①本館前などでコースに出る前に、何度か練習をします。
- ②リーダーと記録係を決めて役割分担をします。
- ③ホールポストに入るようにディスクを飛ばし、入るまでの投数を競います。

4. 準備（費用）等

【自然の家】 ・ディスク ・ホールポスト ※借用依頼
【各 自】 ・筆記用具 ・スコアシート（団体で準備）

5. 実施上の留意点

- ・プレーヤーの邪魔をしたりしてはいけません。
- ・道具を大事に扱い、自然を壊さないように気を付けましょう。
- ・食堂前広場のがけの下にディスクが落ちないようにしましょう。

グラウンドゴルフ ・ フライングディスクゴルフ

スコアシート ()班

No.	名 前	1 H	2 H	3 H	4 H	5 H	計
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							

【ルール】

- ①各ホールのスタートは、あらかじめ決められた所から、スコアシートの名前の順番にスロー（打つように）します。
- ②グラウンドゴルフもフライングディスクゴルフも、ボールやフリスビーが停止した位置までをワンスローとします。
- ③木の枝に引っ掛かったり、投げる（打つ）のが不可能になったりした場合はOBとなり、ペナルティとして「1」を加えます。
- ④ボールやフリスビーが顔などに当たると危険です。自分の番になったら、「いくよ！」などと声をかけてからスロー（打つように）しましょう。

春(秋)さがし

1. 活動概要

季節を代表する植物や木の実・昆虫などを見つけながら歩く活動です。五感を使って季節を感じ、自然の楽しさや不思議さに触れることができます。

ドングリや木の実で作る「秋の工作」に発展させることもできます。

※ 秋の工作は、学校に帰ってから行うようにしてください。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地 ※所要時間は、団体の設定によります。

3. 活動内容等

全体での活動なのか…グループ活動なのか…によって活動内容が変わります。

4. 準備（費用）等

【各 自】 ・観察カード ・筆記用具 ・ビニル袋 （生活科バッグ） 等

5. 実施上の留意点

- ・植物や昆虫を大事にしながら活動するようにご指導ください。
- ・子どもたちを活動地内に放す際は、活動区域や終了時刻等の指導が必要です。

❄️スノーチューブ滑り

※セミナー・下見 必須

1. 活動概要

スノーチューブ滑りは、体を思う存分使って雪に親しむことができます。特に極寒の日はスリル満点です。

2. 活動場所 及び 所要時間

チューブ滑りゲレンデ

※所要時間は、団体の設定によります。

3. 活動内容等

- ①荷物を置いて整列し、あいさつをする。
- ②安全に楽しく活動するための約束についての話を聞く。
- ③準備運動をする。
- ④チューブを受け取り、中央の横断歩道を渡って1回練習をします。
- ⑤好きなコースを選び、スタート地点まで通路を登りすべります。
- ⑥終了時、チューブを片付け、整列・あいさつ等をする。

【事前に確認する約束】

①コースについて

- ・すべるのは、2本の赤い棒の間にある4つのコースです。
- ・スタート地点は、それぞれアーチがかかっている高さになります。
- ・すべり終わったら、必ず左側の出口から出ます。
- ・コースの途中で止まってしまったら、コースの山を越えずに、近くの出口か横断歩道から速やかに出ます。

②登ってくるところと横断歩道について

- ・ゲレンデの途中と下に赤と青の棒がたくさん立っているところが横断歩道です。
- ・すべり終わって出口から出たら、青い棒と青い棒の間を登ってきます。
- ・次にすべりたいコースのとなり（ゲレンデの上方向に向かってコースの右側）を登ってきます。
- ・すべるコースを変えるときには、なるべく下の横断歩道（上の横断歩道は傾斜がきつくすべるため）で、コースを横断します。そのとき、赤い棒のところでは必ず止まって上の安全を確認してからわたります。

③チューブの乗り方について

- ・チューブの太い方に足を置き、細い方に上半身が乗るようにします。
- ・おしりをチューブの穴に入れて、地面につかないようにします。顎を引いてつま先が見えるようにし、足をのばします。
- ・手はチューブをわきから抱えるようにしっかりさわって、チューブを支えます。

④トイレについて

- ・下の横断歩道の南側にトイレがあります。行きたいときには必ず大人の人に声をかけてから行きます。

4. 準備（費用）等

【自然の家】 ・チューブ ・応急セット（AED、アイスパック等）

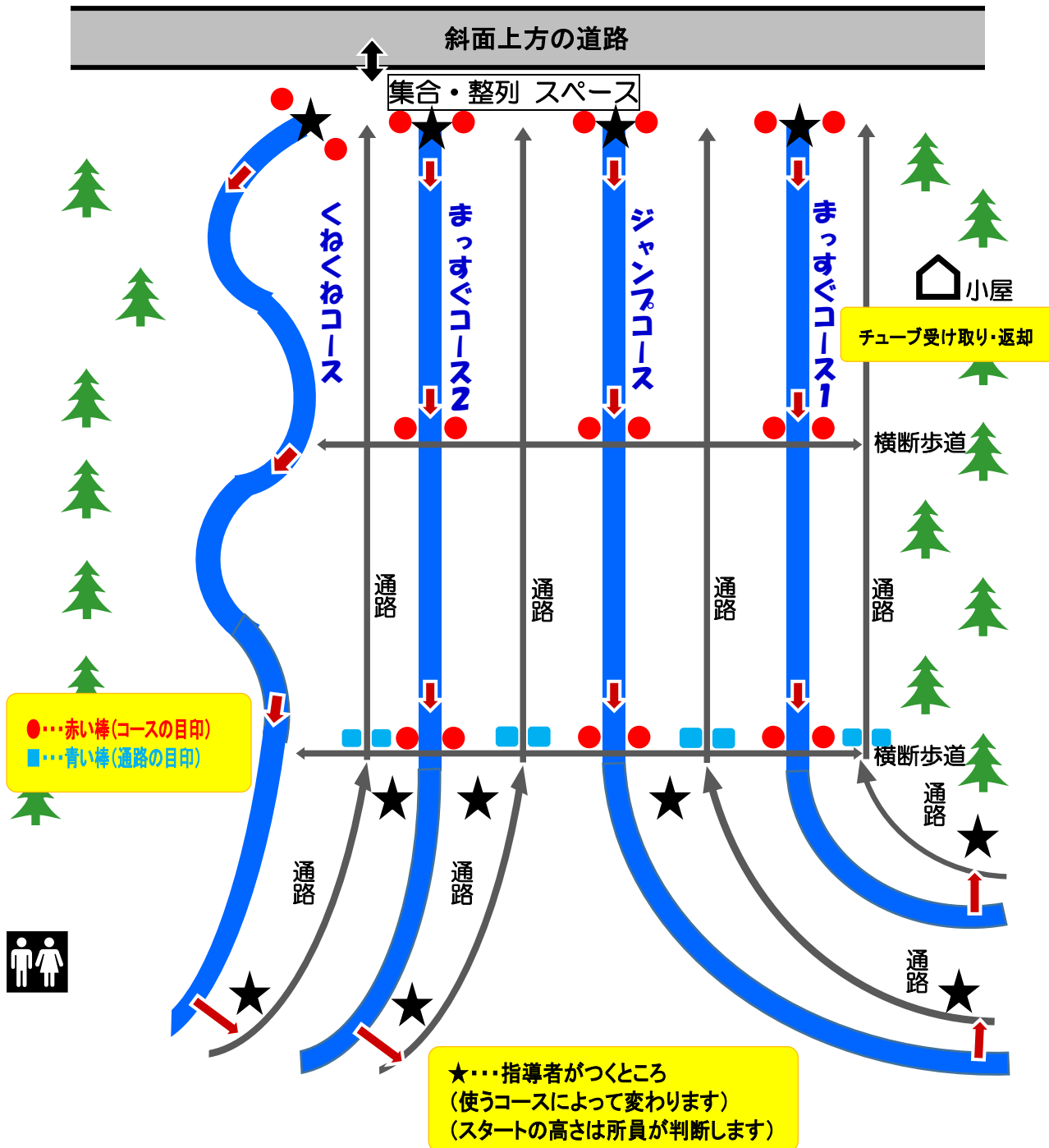
【各 自】 ・活動にふさわしい服装（ウェア、帽子、手袋、ゴーグル）

※ 帽子・手袋は必ず着用してください。 また、手袋は耐水性のものにしてください。

・背中にタオル ・足カバー（必要に応じて）

5. 実施上の留意点

スノーチューブ滑りゲレンデ コース略図



- ・スタートとゴールには、必ず指導者がついて安全を確保してください。スタート位置については、当日の気温や天候をもとに所員が判断します。
- ・前の人に衝突しないように、ゴール付近の担当者が、前にスタートした子どもの安全を確認してから手を挙げるなど連携をとって、安全に配慮してください。
- ・子どもたちには、以下の指導を徹底してください。
- ・横断歩道を渡る時は、上から滑ってくる人がいないかを確かめてから渡ること。
- ・滑っている途中で転んだり止まったりした場合は、再び滑ろうとせず、近くの横段歩道か出口からコースの外に出ること。

※ アニマルトラッキング

1. 活動概要

かんじきやスノーシューを履いて、冬の森の中を散策します。野ウサギなどの足跡を発見した時には、野生の動物を身近に感じることができます。

2. 活動場所 及び 所要時間

活動地 ※所要時間は1時間程度です。

3. 活動内容等

トラッキングの前に実際にかんじきやスノーシューの履き方を学び、不具合がないか周辺を歩いて練習をし、森の中を歩きましょう。

4. 準備（費用）等

- 【自然の家】 ・かんじき もしくは スノーシュー
- 【各 自】 ・活動にふさわしい服装（ウェア、帽子、手袋、ゴーグル）
- ・背中にタオル ・足カバー（必要に応じて） ※手袋は耐水性のもの。

5. 実施上の留意点

- ・トイレがないので、スタート前にトイレタイムを設定します。
- ・子どもの体力や天候等に応じた活動内容を検討してください。

※ 雪どうろう(雪像)づくり

1. 活動概要

雪が多く積もった雪原は、雪どうろう作りや雪像作りなど、子どもたちの創造力や遊び感覚を養う絶好の場になります。

2. 活動場所 及び 所要時間

チューブ滑りゲレンデ以外の活動地 ※所要時間は、団体の設定によります。

3. 活動内容等

- ①活動範囲や用具等について理解します。
- ②活動におけるイメージやめあてを確認します。また、用具の危険な使い方等についても確認します。

4. 準備（費用）等

- 【自然の家】 ・移植ベラ バケツ
- 【各 自】 ・活動にふさわしい服装（ウェア、帽子、手袋、ゴーグル）
- ・背中にタオル ・足カバー（必要に応じて） ※手袋は耐水性のもの。

5. 実施上の留意点

- ・せっかくの機会なので、自然にも目を向けさせる工夫をお願いします。
- ・雪どうろうに使うロウソクは、団体で準備してください。尚、夜の活動については、宿泊で利用する団体に限らせていただきます。

◆◆◆ 活動のふり返しについて ◆◆◆

朝日少年自然の家

ふり返しは、子どもの「生き方・あり方等」を高める大事な教育活動です。

子ども主体の活動になっていなければ、ふり返りの場を設定しても、自らの変容への気付きは生まれません。また、子どもの思いの詰まった価値ある活動を展開したとしても、ふり返しにおける適切な支援がなければ、単なる感想発表になってしまいます。

以下、「生き方・あり方」に迫るふり返しについて考えてみたいと思います。

1 ふり返りで期待する子どもの姿

～できてよかった… ～がおいしかった… ～して嬉しかった… 等、活動の結果に終始するふり返しは、単なる感想に過ぎず、次に活かされません。

「自分の高まり」や「自分の変容」に気付き、そこに至った「プロセス」について具体的に表現する子どもの姿を期待しています。活動への向かい方や仲間と協力できた手応え等が、次の活動における自分の「生き方・あり方」に繋がるからです。それは、文部科学省が求める『資質・能力』と県が掲げている『人間力』に結実していくものと考えます。

子どもの生き方・あり方を高めるには、活動の在り方から見直す必要があります。

2 子どもの生き方・あり方に迫るふり返しに向けて

【条件1】子ども主体の活動を構築すること

- ・学校での事前活動では、自然の家での活動について子どもたちに考えさせ、『活動を自分事』として捉えられるように支援することが重要です。実行委員会を組織し、子どもから子どもへ情報が伝わるようにしたり、実行委員会が議長となって学年全体に話し合わせたりするのも、子ども主体の活動にするための有効な手段です。
- ・当日についても、実行委員を中心に活動できるようにすることで、子どもたちの意識は高まります。入所式や退所式、活動のスタートや終わり、班長会や係会等、全てを子どもたちの手に委ね、自分たちで運営させることで、活動に対する本気度が高まります。

【条件2】協働的な活動の場面を設定すること

- ・子どもたちが困難に差ししかかった時、もしくは自分一人では解決できないと感じた時に仲間との協力や意見交流の必要感が高まります。こうした育ちに繋がる活動の場面を想定して、活動プログラムを作ったり、実際の支援（特に活動スタート時の指示等）を考えたりする必要があります。子どもたちが困らないように事細かに指示を出し過ぎたり、失敗しないように手を出し過ぎたりすると、子どもたちの学びを奪ってしまいます。

- ・例えば、炊飯活動では、子どもたちは「おいしい〇〇を作りたい」という思いで活動すると思われていますが、指導者は「協力の大切さを実感すること」等、子どもの育ちを第一に考えることでしょう。失敗したり活動に戸惑ったりする体験を通して、本当の意味での協力の大切さに気付かせたいものです。

【条件3】活動のプロセスを意識したふり返りになるように支援すること

- ・子どもは、活動の最中や活動後に「こんなふうに活動できるようになった。」「もっとこうすればよかった。」等、自分のあり方について、その都度ふり返っています。しかし活動の結果を重視するあまり、自分の活動を客観視することができない場合も多くあります。指導者は、子ども一人一人の思いを聞き取ったり、活動の様子を見たりしながら、少しの伸びも見落とすことなく見取り、それをダイレクトに伝えてほしいと思います。その指導者の価値付けによって、子どもは「自分の高まり」を自覚し、「さらによい自分のあり方」を探り始めます。

例… 「前は～だったけど、こんなふうに考えて活動できるようになったね！」
「こんなふうに活動できるようになったのは、どうしてなの？」
「めあてや約束事を意識して活動しているね。大事なことだね。」
「どうすれば良かったと思っている？」 → 「失敗を活かせそうだね。」

- ・ふり返りを記入する場面では、「ふり返りのポイント」を具体的に示す必要があります。

①「自分発見」をしましょう。

- ◆前の自分とくらべて、「こんなふうに考えられるようになったよ。」「こんなことができるようになったよ。」ということを見つけて書きましょう。
- ◆そういう自分になれたのは、どのように活動したからですか？

②「友だちの頑張り発見」をしましょう。

- ◆友だちの頑張りを発見した人は、そっと教えてあげましょう。

③「これからの頑張りどころ」を見つけましょう。

- ◆無理をせずに、決まったら書いておきましょう。

- ・③については、全体での発表を求めたり、カードに書いて手渡したりすると、もらえない子どもがいた場合にショックを受けるので配慮が必要です。また、①や③は、「書かなければならない」「書くのが当たり前」という雰囲気を出してしまうと、思ってもいないことを書いてしまう危険性があります。

- ・ふり返りがなかなか進まない子どもに対しては、指導者が個別に寄り添って引き出す、同じグループの仲間から頑張り発見をしてもらう等の工夫が必要になります。
- ・学年全体のめあてとリンクして個々のふり返りを行うことも考えられますが、自分自身をじっくりふり返る時間は十分に確保しなければなりません。



山形県朝日少年自然の家

〒990-1101

山形県西村山郡大江町大字左沢字楯山 2523-5

TEL 0237-62-4125

FAX 0237-62-4126

E-mail : yasahisyo @ pref.yamagata.jp