

# この夏

## 出会える

# 新しい自分

14泊15日  
のチャレンジ

## 妙高ジュニアアドベンチャー2010

この事業は、小学5・6年生を対象として、次代を担うリーダーの育成を目的とした取組です。今年度は2年目を迎えました。

国立妙高青少年自然の家では、「妙高リーダー5つの力」を次のような力ととらえ、活動を組みました。

「妙高リーダー5つの力」とは、

- 集団内の人間関係をより円滑にしよとする力
- 困難に立ち向かおうとする力
- 自ら考え行動する力
- 集団を目的やねらいに導こうとする力
- 創造力を働かせ工夫して課題を解決しようとする力

を言います。参加者が、それらの力を発揮する場面はすべての活動の中にあつて、その中でも、活動によって特に引き出される力や、相互に関連をもち先行して現れる力、他の力が前提に、あつて発揮される力があることも、昨年度の取組から明らかになっていました。

そこで今年度は、「妙高リーダー5つの力」を効果的に引き出すために、ステージ制を取り入れながら、ステージごとに特に引き出したい力を設定し、プログラムデザインを行いました。左ページがそのプログラムデザインです。

### 日本一の信濃川で日本一の体験と感動を

国立妙高青少年自然の家でのトレーニングキャンプから始まり、信濃川源流の甲武信ヶ岳山頂の登山、一人で川沿いを歩くソロウォークやグループで計画を立て活動するサイクリング、川に親しみ、ボートのスキルを身につけるラフティング、仲間と協力して目的地まで向かうEポート（救助用ポート）、参加者だけの力でゴールを目指す手作りいかだなどの活動を通して、参加者は新しい自分を発見し成長していきました。最後の信濃川河口では、自分たちのたどってきた信濃川をふりかえり、仲間とともに感動を分かち合うことができました。

### 第1 ステージ 7月 25日(日)~27日(火)



いよいよ活動が始まりました。初めて合う仲間たちと対面し、緊張しながらもわくわくしたキャンプの始まりです。まずは、本格的な活動に入る前のトレーニングキャンプです。このキャンプでは、炊事やテント泊、MTBなど様々な活動を実施します。特に、「集団内の人間関係をより円滑にしよとする力」を引き出します。

活動場所は国立妙高青少年自然の家です。新しい仲間と出会い、このキャンプに必要な様々なスキルを身に付ける場面で、相手のことを理解しながら互いに協力する場面が多いからです。テントを立てたり、炊事をしたりする活動では、必然的に会話が生まれ、互いに人間関係を保ちながら行動しよとします。

### 第2 ステージ 7月 28日(水)~29日(木)



活動場所は全長367km、日本一長い川「信濃川」です。源流から河口まで下る長期移動型チャレンジキャンプを実施しました。山梨県、埼玉県、長野県の3県の県境、

### 妙高ジュニアアドベンチャー2010活動予定表

日	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	入浴	洗濯	宿泊場所
第1ステージ				受付・開式	アンケート	アイスブレイク	昼食	マインドマップ学習	アイスブレイク	夕食	計画作成(マインドマップ)								自然の家
第2ステージ				朝食	サイクリングトレーニング	昼食	サイクリングトレーニング	テント設営	炊事	計画作り									自然の家
第3ステージ				炊事	計画作り・洗濯	昼食	バス移動	炊事	計画作り										白木屋
第4ステージ				炊事	トレッキング(信濃川源流甲武信ヶ岳)	昼食	トレッキング(信濃川源流甲武信ヶ岳)	炊事	計画作り										白木屋
第5ステージ				炊事	(神山-横沢)リバートレッキング	昼食	(神山-横沢)リバートレッキング	炊事	計画作り										白木屋
第6ステージ				炊事	電車移動	MTB:各グループの計画による(グループチャレンジ)	テント設営	炊事	計画修正										アリアケ
第7ステージ				炊事	MTB:各グループの計画による(グループチャレンジ)	夕食	計画修正												アリアケ
第8ステージ				朝食	MTB:各グループの計画による(グループチャレンジ)	テント設営	炊事	計画修正											アリアケ
第9ステージ				朝食	ラフティング	昼食	ラフティング	移動	炊事	計画修正									アリアケ
第10ステージ				炊事	Eポートによる川くだり	昼食	Eポートによる川くだり	テント設営	夕食	計画修正									アリアケ
第11ステージ				朝食	Eポートによる川くだり	昼食	Eポートによる川くだり	夕食	計画修正										アリアケ
第12ステージ				朝食	Eポートによる川くだり	昼食	Eポートによる川くだり	炊事	計画修正										アリアケ
第13ステージ				炊事	いかだ作り	昼食	いかだ作り	炊事	計画修正										アリアケ
第14ステージ				炊事	手作りいかだによる川くだり	昼食	手作りいかだによる川くだり	河口へ	夕食	計画修正									アリアケ
第15ステージ				朝食	バス移動	アンケート等	閉式												アリアケ

# プログラムデザイン

妙高ジュニアアドベンチャー2010

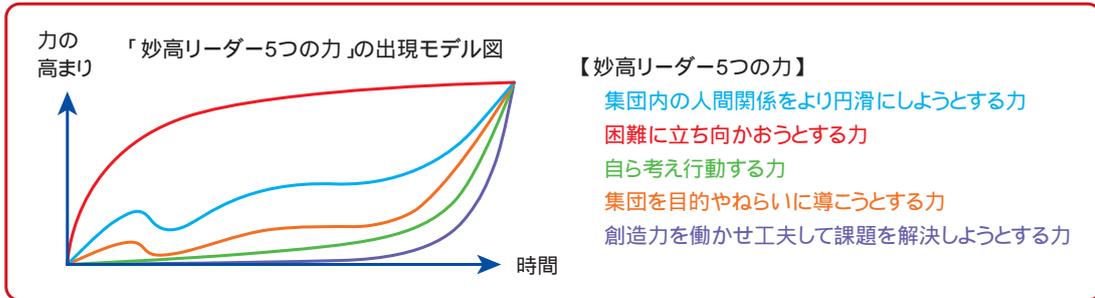
～この夏 出会える 新しい自分～

昨年度の取組から、リーダー性の素地となる5つの力「妙高リーダー5つの力」の出現には、次のような特徴があることが明らかになった。

- ・「妙高リーダー5つの力」は、活動内容にかかわらず、すべての活動場面で発揮される。
- ・「妙高リーダー5つの力」には、活動内容によって突出して現れ、伸長する力がある。
- ・「妙高リーダー5つの力」は、相互に関連があり、先行して現れる力や他の力が前提にあって発揮される力がある。

また、プログラム全体〔第1ステージから第5ステージ〕を通した「妙高リーダー5つの力」の出現タイミングとその度合いを「妙高リーダー5つの力」の出現モデル図〔下図〕のようにまとめることができる。

今年度は、「妙高リーダー5つの力」をより発展的に出現させることに重点を置き、以下のようにプログラムデザインを行った。



## CAMP KEYWORD

**スパイラル**...同じ活動を繰り返し実施することにより、子どもが自ら見いだした様々なスキルを次回に生かすことができる。また、スタッフが、そのことをふまえたかかわり方(スキルを身に付けさせる 練習させる 任せる)で子どもと接することができる。

**ステージ制**...長期キャンプを5つに分け、それぞれを明確なねらいをもったステージとして実施する。活動場面や内容を変えることで、意欲の持続と多様な野外活動の体験ができる。ステージが進むにつれ、子どもの主体性や自主性が発揮できるようにスタッフのかかわり方も工夫している。

## 日本一の信濃川探検 源流から河口まで 367km

	第1ステージ	第2ステージ	第3ステージ	第4ステージ	第5ステージ
アクティビティ	スキルトレーニング キャンプ・MTB コミュニケーション	源流探検 6km 甲武信ヶ岳登山 1km ソロハイク 10km	コース選択式 長距離サイクリング 190km	ラフティング 15km Eボートによる 川下り 110km	手作りいかだによる川下り 7.5km 河口までチームハイク 1.5km
妙高5力	集団内の人間関係をより円滑にしようとする力	困難に立ち向かおうとする力	自ら考え行動する力	集団を目的やねらいに導こうとする力	創造力を働かせ工夫して課題を解決しようとする力
育成のポイント	トレーニングの目的が明確であることから互いの関係に目を向けることができる	源流地点に到達した後、山頂を目指すかどうかを選択する	コースを選択すること、休憩時間やペース配分を考えること	息を合わせてボートを漕ぐ自然とかけ声やスパイラル気持ちがある	これまでの体験や思いを生かしていかだを手作りする全て自分たちの力でやり遂げる
期待される子どもの姿	・進んで仲間に声をかける ・仲間と肯定的なかかわりを心がけている ・自分の考えや気持ちを伝える	・苦しくても甲武信ヶ岳の山頂を目指す ・ソロハイクを最後までやり抜こうとする ・やり抜いた喜びを味わう	・コース取りについて自分なりの考えをもつ ・休憩のタイミングについて意見を言う ・グループで決めたことに協力的に取り組む	・Eボートの操船に進んでかかわっている ・仲間に励ましの声をかけている ・気持ちを合わせる大切さを感じる	・いかだ作りのアイデアをもっている ・アイデアを実際の製作に生かしている ・自分や仲間のがんばりを認める
スタッフのかかわり	指示的・指導的 ・ するといいよ。 ・ 次は、これをしよう。 ・ だと思おうよ。	・ 持ち物、服装、日程はこうなっています。 ・ ここは危ないよ。 ・ 困っていることはありませんか。	・ が約束だよ。 ・ グループで相談して決めよう。 ・ 見守っているよ。	・ していたことがよかったんだね。 ・ の時は、どうしたらいいかな。 ・ それでやっごらん。	支持的・支援的 ・ みんなで、やっごらん。 ・ まかせたよ。 ・ それでいいよ。
評価の視点	「妙高5力」を見取る 具体的な視点・評価方法 伝達・コミュニケーション能力 他者理解・尊重 ユーモア・明るさ	意欲・チャレンジ精神 危機意識 自己責任感	自主・自立 思考・判断 省察・アクション	規範意識 統率力 目的意識	創造力 情報収集 企画・調整

参加観察・マインドマップ・振り返り作文・IKR



標高2475  
Mの甲武信ヶ岳の山頂がスタート地点です。山頂に落ちた雨水が山に染み込み、「千曲川・信濃川源流」の湧き水となって中腹に湧き出ます。その源流の水を、ペットボトルに詰め、味わい、チャレンジが始まります。特に、困難に立ち向かおうとする力」を引き出します。甲武信ヶ岳山頂までの登山や千曲川沿い約15kmのソロウオークなど肉体的にも精神的にも困難な状況の中で、それに打ち勝つために考え行動していきます。ゴールの設定や、めあての確認をすることで足の痛みや体力の限界を乗り越えることができました。

**第3** 7月 8月  
ステージ 30日(金)~1日(日)



特に「自ら考え行動する力」を引き出します。千曲川、信濃川沿い約190kmの道のりを自転車です3日間進みます。ここでは、地図を頼りにどの道をどのように進むかを自分たちで決め、目的地まで向かいます。ペース配分や休憩の取り方を考えないと目的地に到着できない状況で、どうしたらよいかを考え、行動していきます。

**第4** 8月  
ステージ 2日(月)~5日(木)



「集団を目的やならいに導こうとする力」を引き出します。活動は、川の中に入るラフティングとEポートによる川下りです。長期のキャンプ活動も終盤を迎え、参加者はそれぞれに自分の思いや願いを再確認し、それに向けて活動をしていきます。そんな中、それぞれの思いや願いのすれ違いが起き、衝突し、けんかになることもあ

**2つのスパイラル(繰り返し)の連鎖)で力を磨く**  
【活動の繰り返しにより、日々力が高まるように設定】

3日間のサイクリング活動。同じ活動を日々改善しながらよりよい活動にしていく。1日目は約60kmを移動しました。参加者は時間配分がうまくできず、日も落ち辺りが暗くなったため、自転車を降りて暗い道を引く張って目的地まで到着しました。次の日は休憩時間の取り方を考え行動しました。約85kmの道のりです。短い休憩と長い休憩を組み合わせながら、1日目よりも早く到着することができました。しかし、予定到着時刻よりも遅くなり、やはり薄暗くなってからの到着となりました。いよいよ3日目です。距離は1日目と同じ約60km。参加者は、休憩を入れるタイミングや休憩の取り方を工夫しました。そして見事に予定時刻に到着することができました。小さな改善が大きな結果を生むことを学びました。

3日目のEポートによる川下り。困難度が日々上がっていき、1日目はスタッフも一緒に活動し、必要に応じて指示を出します。2日目、スタッフはできるだけ指示を出さず、子どもたちに任せて活動しました。3日目、スタッフは、安全面だけを気を付けて、ほとんど子どもたちに任せます。Eポートをひたすら漕ぐ活動の中で、息を合わせると早く進むことや声を出すこと、一体感が増し、うまく進むことを学びました。同じ活動でも条件が変化することで、より参加者の主体性が引き出されました。



ります。それを解決するための話し合いをしながら参加者はゴールを目指していきます。



特に「創造力を働かせ工夫して課題を解決しようとする力」を引き出します。この力は、の力が土台になって発揮されると私たちは考えます。今回は手作りいかだを作るときと、そのいかだで川を下るときに見られました。いかだを作る際それぞれの思いや願いをいかだに書きました。それを書くことで、新たに自分のめあてやグループのめあてを確認し、ゴールを目指しました。グループごとにかだで出発したあとみんなで一緒にゴールしたいという願いのもといかだをつなげたり、互いに励まし合ったりしながら課題を解決しようとしていました。

**第5** 8月  
ステージ 6日(金)~8日(日)



活動中、参加者は毎日ふりかえりを行い、自己を見つめ、自分の考えや思いをグループ内で発表し合い互いの思いや願いを確認していきます。そして、次の日のめあてを決定します。

また、スタッフはこの15日間の初めは積極的に関わり、気付いたことや考えてほしいことなどを伝えます。しかし日が進むにつれて参加者に任せ、自ら考え行動できるように支援的な立場をとっていきます。そのつうすることで参加者は、人任せではなく、自ら考え行動する意識を強くしていきます。

このように、より困難な場面を設定することで参加者は、身に付けた力を最大限に発揮し活動に取り組みます。困ったことがあれば仲間と相談し、話し合いで解決をします。そうすることで場面ごとに一人一人がリーダーとしての力を発揮し、課題を解決する姿が見られるのです。

日本海に沈む夕日を見つめながら、参加者は自分の成長を確かに感じ取っていました。15日間の体験は一生の思い出になるだけでなく参加者の生き方にも大きな影響を与えたいと思います。

