

おすすめ

# アクティビティ・活動例

名栗げんきプラザで、豊かな自然体験を！



より良い体験活動を提供するため、当所職員がおすすめするアクティビティや活動例を作成しました。  
活動計画を作成する際にご活用ください。

名栗げんきプラザは  
利用団体の体験活動をサポートしています

## ◆プログラム相談

- ・下見の際や電話、メールにて、個別のプログラム相談を行っております。

## ◆アクティビティの詳細説明

- ・ホームページプログラム紹介では各アクティビティの詳細、マップ、記録用紙などをダウンロードすることができます。

## ◆利用団体研修会(利用説明会の際に実施)

- ・テーマ別の分科会(①クラフト、②野外炊事、③グループチャレンジ、④キャンプファイア)で、各アクティビティの体験や実施ポイントの説明等を行っております。  
キャンプや宿泊学習の計画作りにご活用いただけます。

## ◆アクティビティのサポート

- ・実施当日には事前の打ち合わせを行い、スムーズなアクティビティの実施を支援いたします。

## — 目次 —

令和2年度 新規&リニューアルアクティビティ	2
------------------------	---

### 小・中学生向けお勧めアクティビティ

○ サバイバルチャレンジ ～災害時に役立つ～	3
○ 森のQ太郎ゲーム+森の勉強会 ～名栗の森で森林環境学習～	4
○ グループチャレンジ ～人間関係力アップ～	5
○ 小中学生活動例	7

### 幼児向けお勧めアクティビティ

○ わくわく冒険ゲーム ～仲間づくり・みんなの力を合わせる～	9
○ ちびっこクラフト ～想像力を膨らませる～	11
○ 幼児活動例	12
SDGsの取り組み	13

# 令和2年度 新規&リニューアルアクティビティ

新規



## 野外炊事

### ● カレー+ナンセット

カレー作りの主食で“ナン作り”が選べるようになりました。

小麦粉をこねて生地を作ったら、鉄板でこんがり焼き上げます。

## クラフト

### ● ちびっこクラフト

さまざまな種類の木片を組み合わせて、かわいいクラフトを作ります。

想像力を育むアクティビティで、幼児でも楽しめます。

リニューアル

## チャレンジアクティビティ・オリエンテーリング

### ● フォトオリエンテーリング

名栗の森のポイントで写真と同じものを探します。

課題が「初級」「中級」「上級」の三段階になりました。

### ● 名栗の森ガイドハイク(10月~3月)

職員のガイドで所内の自然について学びましょう。

30分コースと60分コースが設定されました

## プラネタリウム

### ● 中学生向け学習投影

学習投影のオプションに中学生向けの内容が加わりました。

# 小・中学生向けお勧めアクティビティ

## サバイバルチャレンジ

### ～災害時に役立つ～

サバイバルチャレンジは、災害時に役立つ知識や技術を体験等を通して学んでいくアクティビティです。その後の学校生活や日常生活の中で、災害時に備えた取り組みができるようになることを期待しています。

また、災害時対応カレーの活動アクティビティを加えることで、よりいっそう、学びを深めることができます。(災害時カレーは、炊飯用ポリ袋を使用し、電気もガスも使えず、限られた水しかない状況を想定した炊事です。)

### I. 目的とねらい

- ・災害時に役立つ技術の体験等を通して、防災への関心や意識を高める。また身近なものを利用し、災害時に役立つ道具作りのスキルを身につける。
- ・仲間と協力して課題を解決しながら活動する楽しさを知る。



### 2. 関連する教科・単元

総合的な学習の時間

特別活動

道徳

理科

社会

### 3. 展開例

#### 【1日目】

サバイバルチャレンジ(事前打合せも含め3時間～館内)

①準備(約30分)

- ・職員と団体指導者による打合せ(ルールの確認、配置の決定、指導方法等の伝達)
- ・体験ポイントで使用する備品の設置

②参加者集合

③ねらい、実施方法、留意点等の説明(15分)

④各グループごとに地図、解答用紙を持って『サバイバルチャレンジ』実施(1時間30分～2時間)

⑤答え合わせ、ふりかえり、まとめ(30分)

#### 【2日目】

災害時対応カレー(3時間30分～4時間)

\*ここでの学びを防災に関する関心、意識につなげるようとする。

# 森のQ太郎ゲーム+森の勉強会

## ～名栗の森で森林環境学習～

『森のQ太郎ゲーム』は小学校の教育課程に関連させた森林環境学習アクティビティです。森林の機能・人と森林のかかわり・森林資源・林業・森林の生態系・地形等について、オリエンテーリングを通して楽しみながら考えるような内容になっています。実施後の『森の勉強会』でさらに森林環境学習を深め、教育効果を高めます。

また、アクティビティ集に掲載されている関連する近隣施設の見学等を加えると、よりいっそう、学びを深めることができます。

### I. 目的とねらい

- ・森林の機能、人と森林のかかわり、森林資源、林業、森林の生態、地形等について実際に観察し、オリエンテーリングを通して楽しみながら学ぶ。
- ・グループでの挑戦を通して、仲間との協力や親睦を図る。
- ・施設周辺の山歩きを通して、体力の増進を図る。



### 2. 関連する教科・単元

#### 理科

- 3年生：身近な自然の観察  
4年生：季節と生物  
5年生：植物の成長・流水の働き  
6年生：植物のからだのはたらき  
生物と環境

#### 社会

- 3年生：水はどこから  
4年生：特色ある地域と人々の暮らし  
5年生：私たちの生活と森林

総合的な学習の時間

特別活動

体育

### 3. 展開（約3時間）

- ①ねらい、実施方法、留意点等を伝える（15分）
- ②グループごとに地図、解答用紙を持って『森のQ太郎ゲーム』実施（2時間）
- ③森の勉強会（答えあわせ）、ふりかえり（30分）  
＊オリジナルパネルを使い、答えあわせを兼ねて  
森林や環境に関する学習を行います。

#### 森のQ太郎ゲーム

まるまる森を知る  
森の勉強会



名栗げんきプラザ

# グループチャレンジ

集団宿泊活動で学級やグループの力を高めよう！

## ～人間関係力アップ～

グループで様々な課題（ゲーム）に取り組み、「挑戦⇒失敗⇒改善⇒成功」プロセスの繰り返しによるグループの成長を実感できます。クラス作り、集団作り等、教育的効果の期待できる課題解決型のアクティビティです。

宿泊プログラムのはじめに実施し、その後のグループでの活動（キャンプファイア・野外炊事・登山など）につなげるとより効果的です。

また、その後の学校生活の中で、生かしていくことを期待しています。

中学校入学後の集団作り、クラス作りにも最適です。



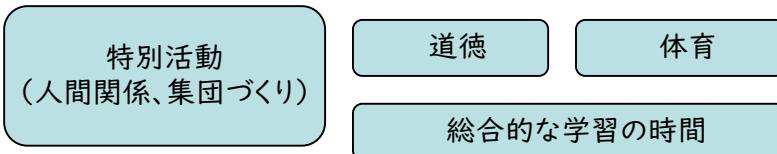
フープリレー

実施概要	輪になって手をつなぎ、目標時間内にフラフープを1周させる
目標	人数×2秒
ルール	・チャレンジ中は手を離さない ・フラフープが外れたらやりなおし

## 1. 目的とねらい

- ・グループでの挑戦を通して、仲間との協力や集団性の向上を図る。
- ・自分自身への挑戦、仲間との協力、達成感、仲間との信頼感、自分への自信を生み出す。
- ・トライ＆サクセス（挑戦と成功）の繰り返しによるグループの成長を実感する。
- ・メンバーでアイデアを出し合い、全員で協力してチャレンジする意識を高める。

## 2. 関連する教科・単元



## 3. 展開 (事前打ち合わせも含み約3時間～3.5時間)

### ①準備 (30分)

- ・職員と団体指導者による打合せ（ルールの確認、配置の決定、指導方法の伝達）
- ・各ゲーム備品の設置

### ②参加者集合

### ③グループチャレンジ留意点等の説明 (10分)

- ④各グループ毎に地図とチャレンジシートを持って各ポイントを回る (1.5時間～2.5時間)
- ⑤ふり返り、まとめ (20分)

# グループチャレンジ アクティビティ例

グループチャレンジには約20のアクティビティがあります。

各学校・団体のグループ数、指導者数等に合わせてオリジナルのマップ、アクティビティマニュアル、チャレンジシートを作成し、事前にお送りしています。



## パイプライン

実施概要	パイプを使ってビー玉をゴールに運ぶ
目標	落とさずにゴールする
ルール	<ul style="list-style-type: none"><li>・1人1回は必ず運ぶ</li><li>・ビー玉を落としたらスタートからやりなおし</li><li>・パイプをくっつけない</li><li>・ビー玉に触らない</li><li>・パイプを持ったまま足を動かさない</li></ul>



## ステッピングストーン

実施概要	イスを使って全員がゴールへ移動する
目標	全員落ちずにゴールする
ルール	<ul style="list-style-type: none"><li>・誰も触っていないイスは没収(流される)</li><li>・誰か1人でも落ちたら全員スタートからやりなおし</li></ul>



## 爆弾処理

実施概要	ひもだけを使いペットボトル(爆弾)を3m離れたバケツに入れる。
目標	・ペットボトル(爆弾)を全部バケツに入れる
ルール	<ul style="list-style-type: none"><li>・ひもの端のパイプを2人一組で持つ</li><li>・ひもの端のパイプ以外は触ってはいけない</li><li>・ラインより中に入ることはできない</li><li>・必ず1人1回はペットボトル(爆弾)を運ぶ</li></ul>



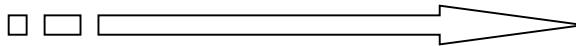
## 魔法のじゅうたん

実施概要	毛布から落ちずに裏返す
目標	誰も落ちずに裏返す
ルール	<ul style="list-style-type: none"><li>・足が地面に付いたら最初からやりなおし</li></ul>

# 小中学生活動例



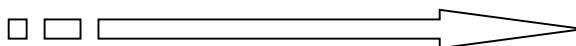
森林・環境・林業  
について学ぶ



森のQ太郎ゲーム  
+ 森の勉強会

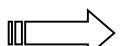
西川材のクラフト

自然にふれ、  
自然を五感で感じる



森のビンゴゲーム

集団作り・  
人間関係力の  
アップを図る



グループチャレンジ

+

アドベンチャーハイク

山登り

野外炊事

道具作りから  
始める野外炊事



ヒノキの箸

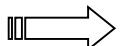
+

野外炊事

ヒノキのスプーン

ヒノキのフォーク

火をおこす  
火を使う



火おこし

+

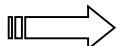
キャンドルファイア

エコキャンドル

キャンプファイア

野外炊事

自然の中で  
アウトドア体験



カヌー体験 ※所外

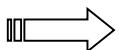
釣り体験 ※所外

山登り

当所HP内に小学校向け「宿泊学習日程例」と「活動プログラム例」を掲載しております。  
そちらもご参照ください。

<http://www.naguri-genki.com/activities-school.html>

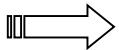
### 自然の中で 体を動かす



山登り

各種オリエンテーリング

### 自然の物を使った ものづくり

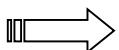


木のクラフト

創作活動



### 災害時対応 防災教育



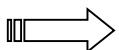
サバイバルチャレンジ



災害時対応カレーライス



### 天体について学ぶ



プラネタリウム  
(学習投影も可)



星空観察  
星空観察会(9月～春休み前)

## プラネタリウム



『全天周型デジタルプラネタリウム』です。

新型プロジェクター導入によって、より鮮明で美しい星の世界を映し出すことが出来るようになりました。

職員による季節ごとの星座案内や、デジタルプラネタリウムならではの迫力の映像で宇宙への旅を楽しめます。

更に惑星についてや、太陽の動きなど、皆さまのご希望に沿った「学習投影」を含めた投影も可能です。(学校のみ)

### 学習投影(各約10分)

- ①月の満ち欠け (6年生対応)
- ②太陽と月と地球の大きさ比べ (6年生対応)
- ③太陽と星の動き (4年生対応)
- ④地球と宇宙 (中学3年生対応)

### 幼児向け番組

- ・ムーミン谷の物語  
～星と花のセレナーデ～
- ・まくまくんの星空大冒険 他



## わくわく冒険ゲーム

～仲間作り・みんなの力を合わせる～

課題解決型ゲーム『グループチャレンジ』を幼児向けにアレンジしたアクティビティです。グループのみんなで力を合わせ、様々な課題（ゲーム）に取り組みます。わかりやすいストーリー仕立てになっており、各課題は紙芝居パネルで表示。子供たちが楽しく活動できるよう工夫を凝らしました。年長から小学校低学年向けです。特別支援学校も活用できます。

### I. 目的とねらい

- ・様々なゲームを楽しみながら、物事をやり遂げようとする気持ちを育む。
- ・友達と楽しく活動する中で、共通の目的を見出し、工夫や協力をして、目的を達成しようとする気持ちを育む。
- ・友達とのかかわりを深める。

### 2. ストーリー

ここは名栗の国。昔々はきれいな『虹色の塔』がたっていました。

しかし、ある日、魔法使いが『虹色の塔』を壊してしまいました。

国王の『ナグリン王』は、みんなの力で『虹色の塔』を直して欲しいと頼みます。

しかし、『虹色の塔』に行くにはいろいろな冒険が待っています。

はたしてみんなの力で、『虹色の塔』は直せるのでしょうか？

……さてさて、わくわく冒険ゲームの始まりです！



### 3. 展開（事前打ち合わせも含み2時間～2.5時間）

#### ①準備（30分）

- ・職員と団体指導者による打合せ（ルールの確認、配置の決定、指導方法の伝達）
- ・各ゲーム備品の設置

#### ②参加者集合

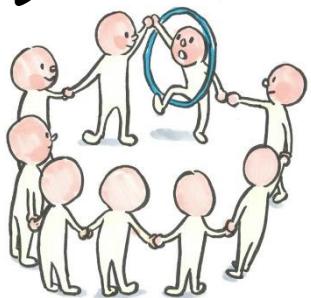
#### ③わくわく冒険ゲームのお話。やり方、留意点等の説明（10分）

#### ④各グループごとにスタンプシートを持って各ポイントを回る（1時間～1.5時間）

#### ⑤ふり返り、まとめ（20分）

# わくわく冒険ゲームのアクティビティ

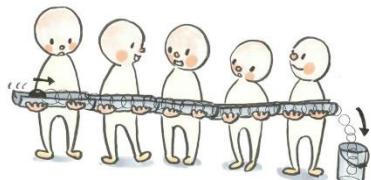
フープリレー



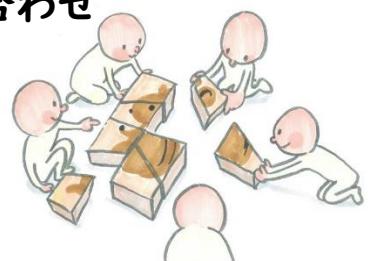
池わたり



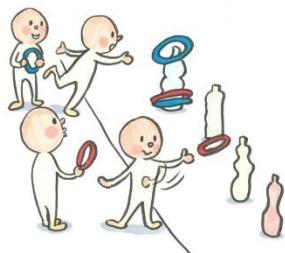
魔法の玉



パズル合わせ



魔法の輪投げ



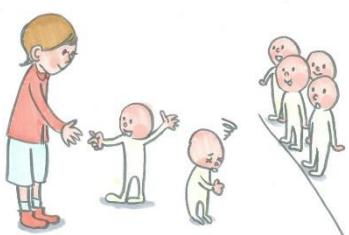
ニヨロニヨロヘビ



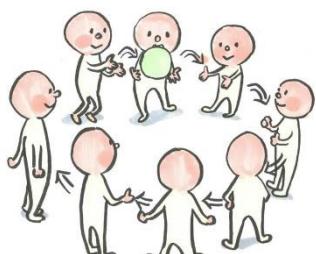
魔法のボール投げ



門番とじゃんけん



魔法のボールリレー



虹の塔つくり



# ちびっこクラフト

～想像力を膨らませる～

さまざまな形の木片や、木の実、木の枝などを組み合わせ、紙皿の上にボンドで貼って可愛いキャラクターを作ります。子どもたちの想像力を膨らませること、また材料に使う木などの自然物に親しむことができます。

材料はげんきプラザで用意をしていますが、森の散策などと組み合わせることで、実際に自分で森の中から拾ってきた自然物を使うことができ、出来上がった作品により愛着を持つことができます。

## 1. 目的とねらい

- ・木などを組み合わせてキャラクターを作ることで  
子どもの想像力を育む。
- ・木や木の実などの自然物に親しむ。
- ・名栗の思い出に残る作品を作る。



## 2. 作り方

### ◇使用する道具

- ・はさみ
- ・ラジオペンチ
- ・ピンセット
- ・木工用ボンド
- ・紙皿
- ・目玉シール
- ・油性ペン
- ・紙やすり



### ◇作り方

- 1) 材料の木片を見ながら何を作るかイメージする。
- 2) 木片ははさみやラジオペンチで加工する。
- 3) 加工した材料を木工用ボンドを使い紙皿に張り付ける。  
他ペンを使い絵を描いたり、飾り付けなどをして完成。



## 3. 展開（事前打ち合わせも含み1時間30分）

### ①準備（15分）

- ・職員と団体指導者による打合せ
- ・備品受渡し・会場準備

### ②参加者集合

③ちびっこクラフトの作り方・留意点等の説明（10分）

④クラフト作成（1時間）

⑤ふり返り、まとめ（20分）

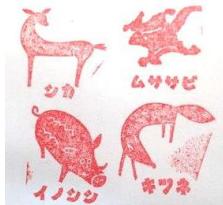
⑥片付け

# 幼児活動例

ねらい

自然の中で楽しみながら体を動かす

動物スタンプラリー



森のbingoゲーム



森の宝探し



森のかくれんぼ  
(20名以下)



仲間と協力

わくわく  
冒険ゲーム



水遊びを楽しむ

沢遊び

ドラム缶風呂



星を楽しむ

プラネタリウム

星空観察



作って食べる



流しそうめん



あそぼうパン



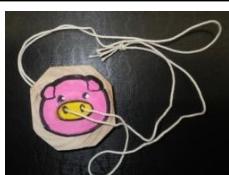
焼きマシュマロ



焼きいも

木を使ったものづくり

☆クラフト・創作活動



ヒノキのぶんぶんゴマをはじめと  
し、西川材間伐材クラフト各種



木片や木の実などを組み合わせ  
て想像力を膨らます  
「ちびっこクラフト」

# SDGsって何？

SDGs(エスディージーズ:Sustainable Development Goals)

SDGsとは、日本語では「持続可能な開発目標」と訳され、世界が抱える問題を解決し、持続可能な社会をつくるために各国が合意した17の目標と169のターゲットです。

2015年9月、前身である  
MDGs(ミレニアム開発目標)を  
継承し、国連で採択されました。



教育・差別・ジェンダー・経済  
貧困問題・気候変動・水  
生物多様性・エネルギーなど、  
持続可能な社会をつくるため2030年までに世界が一致して取り組むべき  
ビジョンや課題が網羅されています。

## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう	2 飢餓をゼロに	3 すべての人に健康と福祉を	4 質の高い教育をみんなに	5 ジェンダー平等を実現しよう	6 安全な水とトイレを世界中に
7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに	8 働きがいも経済成長も	9 産業と技術革新の基盤をつくろう	10 人や国の不平等をなくそう	11 住み続けられるまちづくりを	12 つくる責任つかう責任
13 気候変動に具体的な対策を	14 海の豊かさを守ろう	15 陸の豊かさも守ろう	16 平和と公正をすべての人に	17 パートナーシップで目標を達成しよう	

# 目標達成に向けた 名栗げんきプラザの取り組み

## ①西川材間伐材の積極的な活用

飯能地域のスギ・ヒノキ・サワラなどの木材は材質もよく、「江戸の西の川から来る材」という意味から『西川材』と呼ばれ、江戸の町で大火事があった時、江戸の復興のためにたくさんの西川材が使われました。

しかし、現在では外国産の木材に押され、林業が衰退し、西川材だけでなく、日本にたくさんある国産材が使われなくなっています。

本所では、クラフト材料・炊事薪・ファイア薪・給湯・暖房用ペレットなどで、西川間伐材を積極的に活用しています。



西川材ヒノキのクラフト



炊事薪



給湯・暖房用ペレット

## ②水処理と節水の呼びかけ

上下水道が整備されていない当所の水は、すぐ裏を流れる横瀬川の水を処理して利用し、使用後には浄化槽で処理をして再び川へ流しています。

水道の無い当所では、水はとても貴重な資源です。そのため、館内掲示で子どもたちに節水の呼びかけをするとともに、野外炊事指導の際に片付けの節水に役立つ小技をお伝えしています。

15 陸の豊かさも  
守ろう



7 エネルギーをみんなに  
そしてクリーンに



12 つくる責任  
つかう責任



6 安全な水とトイレ  
を世界中に



## お問い合わせ先

埼玉県立名栗げんきプラザ

〒357-0111 埼玉県飯能市上名栗1289-2

TEL : 042-979-1011 FAX : 042-979-1013

Eメール:naguri@tokyu-com.co.jp

URL:<http://www.naguri-genki.com>

令和2年度版