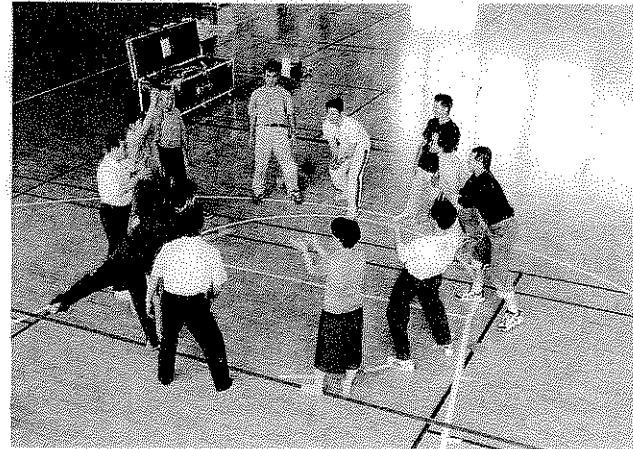


5 アクティビティの実践例

No. 1 アクティビティの名称 『ネームトス』

アクティビティの分類「アイスブレイカー・ウォームアップ」



特 徴

円になり、お互いの名前を覚えるため、柔らかい物体(毛糸のボール)を投げながら互いの名前も交換するゲーム。キャッチボール自体、相手とのコミュニケーションなくしては成り立ちません。1対1のかかわり合いなのでより深く名前とその人を認知でき、しかも初めてでも、距離はあるのでストレスは高くない。ボールを激しくぶつけ合う、投げないなどの様子が見られたらキャッチボールをするよりも前に何かすることがあるかもしれません。

No.2 アクティビティの名称 『キャッチ』

アクティビティの分類 「アイスブレイカー・ウォームアップ」

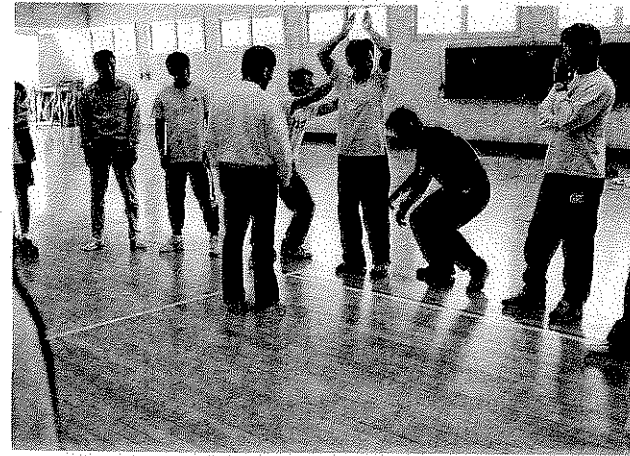


特 徴

その昔、キャンプでは「ずいずいずっころばし」のように、指で筒をつくってやりましたが、これでは指を脱臼する可能性がありますので、筒はつくらず手のひらを使います。片方の人差し指は隣の人の手の手ひらに差し出して逃げる役、もう一方の手の手ひらは隣の人差し指を捕まえる役を同時にしなくてはならない簡単なゲームです。右脳と左脳のコーディネートが大切です。単純なのにうまくいかない、歯がゆいけど楽しいところに、このゲームの深さがあります。前の人の背中に出された指を自分の手のひらに乗せて同じことをする、というようにいろいろなバリエーションがつけられます。

No.3 アクティビティの名称 『スピードラビット』

アクティビティの分類 「ディインヒビタイザー」



特 徴

このゲームは、ちょっと恥ずかしいけどみんなでやれば楽しい（自己抑制(自分の殻)をとる）という活動で、失敗してもたいしたことじゃないと笑い合える雰囲気をつくる要素があります。これは円の活動で、3人組で、真ん中にいる人が鬼から指定された動物や物体の様子を両脇の人と組んで制限時間内につくるゲームです。例えば、ラビット(ウサギ)は中央の人が両手を挙げて耳をつくり、両脇の人は足で地団駄を踏んで「ダンダダン」と言いながら、ウサギの足の動きをまねる。鬼がおまじないを唱える間に完成すればセーフです。鬼は交代するまで輪の中の人を指名していろいろな動物などに挑戦させることができます。お手つきすれば交代します。このような動作をいくつか用意して、「何かを言われたら瞬時につくる、できなかったら交代する」を繰り返します。

No. 4 アクティビティの名称 『インパルス』

アクティビティの分類 「ディインヒビタイザー」・「課題解決」



特 徴

円になってやることが多いゲームです。野球場などで観客が順々に立ち上がるウェーブをイメージすると分かりやすいでしょう。動作や言葉がある人から時計回りか反対回りで隣へ、その隣へと伝えていきます。ゲームは、どれだけ速くまわせるか楽しむこともできますし、どれだけ多く正確に伝え続けていけるかでも楽しめます。ただ単に次から次へと回すだけでも楽しいものです。このインパルスは課題解決型の要素があります。

No. 5 アクティビティの名称 『進化論じゃんけん』

アクティビティの分類 「ディインヒビタイザー」



特 徴

ジャンケンゲームです。このゲームはちょっと恥ずかしいけどみんなでやれば楽しい（自己抑制(自分の殻)をとる活動)という要素と、コミュニケーションの要素が溶け込んでいます。一般的に最初は卵から始まり、勝つと恐竜→人間→天使などと勝ち上がります。それぞれに動作や音声がありますので、それをやりながらジャンケンしていきます。オリジナルだと、負けると最初の卵に戻ってしまいます。同種同士でなければじゃんけんできません。

No. 6 アクティビティの名称 『DNAを救え』

アクティビティの分類 「意思決定・課題解決」

この課題解決型アクティビティは、写真を掲載することにより学習者の課題解決能力を阻害するなどのおそれがありますので掲載しませんでした。

特 徴

MAPの活動は、体を動かすものだけではありません。これは教室などの限られた場所で行う課題解決型活動の一つです。与えられた材料で卵を安置する巣を制限時間内に作ります。多くの場合、比喩(この場合は大切なものを守る)やファンタジーを交えて活動を紹介します。対象に対して適切かどうか考慮します。1グループはコミュニケーションのしやすさ、かかわらざるを得ない環境づくりを考えると、5～6人がやりやすいようです。そうするとホームルームではいくつものグループができますので、指導者は指導の仕方や、振り返りの仕方を工夫しなくてはなりません。課題解決型活動の大きな特徴は、自分たちで答え・解決法を導き出すことです。したがって、回答や達成の善しあしは問題ではなく、解決しようとする過程で何を学んだかを振り返ります。どう解決したか、誰が何をしていたか、お互いを最大限に尊重し合うというフルバリュウの考え方はどう生かされていたか、ここで気づいたこと・学んだことで次(日常)に生かせることはあるのかなどが振り返りの材料として考えられます。

No. 7 アクティビティの名称 『トラスト・フォール』

アクティビティの分類 「トラスト」



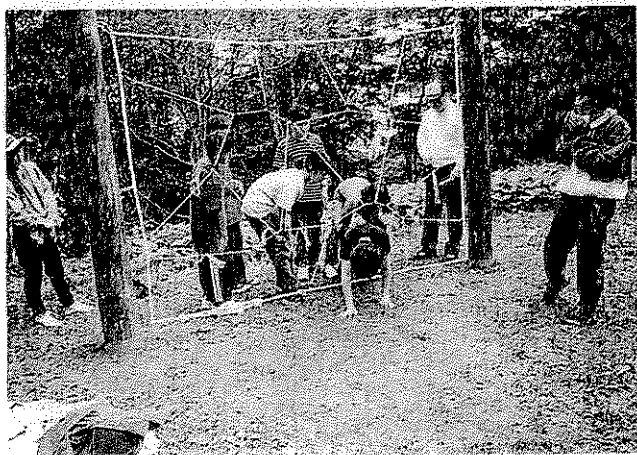
特 徴

台の上から後ろ向きに倒れる活動で、その人を受けとめるというものです。倒れる人は、受けとめる人のけがを防止するため前で腕を組み人間ネットの方に背中を向け、かかどが台の上から少しはみ出すくらいに立ちます。倒れるときの注意点は、体やひざが曲がっていたり、お尻から落ちたりすると支えにくく危険です。

この活動は危険度も高いため、指導者自身が研修等により体験し、適切な指導を受けた後で行うことを勧めます。後ろに倒れるということには恐怖感があります。この活動を体験することにより人との「信頼関係」を実感することができます。

No. 8 アクティビティの名称『くもの巣』

アクティビティの分類「社会的責任」



特 徴

ロープコースに設置されるローエレメントの一つです。一人が通れるような網目（ゴムひもなどを利用）があるクモの巣を全員が片側から反対側へ抜けるという課題をチームで解決します。くもの巣に体が触れてはいけないという大原則があります。ゲームは比喩的に使ったり、さまざまな進められ方が可能でしょう。ただし、体を持ち上げて移動することになりますので、もしものときは大事故になりかねません。実施に当たっては、安全への配慮が不可欠です。指導者はその活動が対象者にふさわしいものであるか、対象者同士がお互いに安全を確保し合えるかどうかなど十分に考慮してください。安全確保には技術が必要ですので、MAP研修やPAJ研修を受けられることをお勧めします。

活動の要素としては社会的責任の他に、他人に体を委ねる・委ねられるという信頼の要素も入ります。恐怖感やストレスがある活動ですので、チャレンジバイチョイスとフルバリューコントラクトの土壌があることも重要です。

Frequently Asked Questions

FAQ

Q プロジェクトアドベンチャー（PA）とみやぎアドベンチャープログラム（MAP）とはどう違うのですか。MAPとはなんですか。

A MAPとは、平成12年度から本格的に始まった県の重点施策です。PAの手法や考え方を県内の、学校教育全体及び地域における児童生徒の諸活動に取り入れるのがMAPです。そしてMAPも対象によって適切な取り入れ方は違いますから、各学校、プログラムごとにさまざまな形があります。

Q MAPは教育活動のどの場面で使えるのですか。

A 活動は学校であれば、体育、教科教育、学級経営、特別活動や、クラブ・部活動その他の人間関係づくりにも取り入れられます。また、体験教育や学びの環境づくりの考え方は主体的に学ぶ態度をはぐくむものとして、あらゆる場面で取り入れられます。

Q MAPを指導できるのは資格のある人だけですか。

A 実践することには資格は必要ありません。MAPの普及（指導者の養成）は、プロジェクトアドベンチャージャパン（PAJ）の講師もしくは県内のMAP指導者が行います。