基本プログラム指導要領

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 小 | 中 | 高 | 活動名 | 活動内容 |
| ○ | ○ | ○ | 目標設定 | ・　全員でサークルをつくる。・　今回の研修（活動）のねらいを伝える。 |
| ○ | ○ | ○ | ネーミングペアリング自己紹介 | ・　「呼ばれたい名前」を自分につける。・　トランプを全員に１枚ずつ配る。・　１対１でカードを見せ合う。・　共通点があれば、お互いに自己紹介をする。・　共通点がなければ、ほかの相手とカードを見せ合う。・　人数が少なくなったら、カードを裏返してもよい。(裏返すと同じ) |
| ○ | ○ | ○ | 名刺交換 | ・　２人は向かい合って立ち、カードを手の甲に乗せる。・　課題：お互いのカードを一瞬で交換すること。・　ルール：カードを落とさないこと。・　振り返りの視点：「工夫したことは？」・　活動後、カードは各自で持っておく。 |
| ○ |  |  | ２人おに | ・　２人のうち、どちらかがおにになる。・　活動範囲を決め、走らないよう指示する。・　おには活動範囲の外側に、逃げる人は中心に集まる。・　タッチされたら、その場で２周回ってから追いかける。 |
| ○ | ○ | ○ | 他己紹介 | ・　２人組が２組集まって4人組をつくる。・　新たな２人に自分のパートナーを紹介する。（順番に） |
|  | ○ | ○ | 見えない共通点 | ・　課題とルールを説明する。　　　課題：４人に共通することをできるだけたくさん見つけること　　　ルール：目に見えるものはだめ・　２分を測り、各グループの共通点の数を聞く。・　勝敗や順位はつけない。・　振り返りの視点：「ほかの人の新しい面がわかった？」 |
| ○ | ○ |  | ４人おに | ・　おにを決める。・　おには他の３人のうち、だれをターゲットにするかを伝える。* おに以外の３人は手をつなぎ、ターゲットはおにから一番遠くに位置する。
* おにはターゲットにタッチしようとするが、３人は回転を使って防ぐ。（走って逃げないように）

・　隣接のグループとの接触事故等に注意！・　おにが疲れたら、おにを交代する。・　振り返りの視点：「ターゲットは安心できた？」 |
| 小 | 中 | 高 | 活動名 | 活動内容 |
|  |  | ○ | ２０の扉 | ・　各グループで出題者を決める。・　出題者は頭の中に具体物（答え）を思い浮かべる。・　他の３人は出題者に質問し、出題者ははい、いいえで答える。・　課題：２０回以内の質問で答えを見つけること。・　出題者を交代する。・　慣れたら、答えを抽象物にする。 |
| ○ | ○ | ○ | ネームトス | ・　４人組が３つ集まって１２人組をつくり、サークルになって座る。・　各グループにボールを１つ渡す。・　①、②、③の順にバージョンアップしていく。　①　だれかが自分のネームを言って、隣ではない人にボールを投げる。ボールを受けた人は自分のネームを言って、隣ではない人にボールを投げる。　②　ボールを受けた人は「ありがとう」と言い、自分のネームを言っ　　 てから次の人に投げる。　③　渡したい人のネームを言ってから、その人にボールを投げる。 |
| ○ | ○ |  | じゃんけん | ・　各グループで隣り合っていない４人がカードを持つ。・　カードを持っている人は隣とじゃんけんで勝てばカードを渡せる。・　カードが２枚以上になったら、立ち上がり、「ワオー」と叫ぶ。・　カードは１枚ずつしか渡せないので、カードが多い時はほかの人に　 渡してもよい。・　暇なら自分のカードを出して、じゃんけんを始める。 |
|  |  | ○ | アイコンタクト | ・　グループごとにサークルになって立つ。・　リーダーがサークルの中心に入る。・　メンバーは視線が合ったら、位置を交代する。・　その際、リーダーは空いた場所に入る。・　サークルに入れなかった者がリーダーとなる。・　次々にリーダーが入れ替われるように動く。・　走ったり、ぶつかったりしないように注意する。・　振り返りの視点：「リーダーがいなくなった時、どうした？」 |
| ○ | ○ | ○ | スピードラビット | ・　リーダーがサークルの真ん中に入る。・　うさぎ、ぞう、牛のパターンをメンバーに伝える。・　リーダーの指示により、３人で動物を形づくる。・　３秒以内にできなければ、リーダーを交代する。・　リーダーやパターンの種類を増やす。 |
| 小 | 中 | 高 | 活動名 | 活動内容 |
| ○ |  |  | リスの家 | ・　全員で行う。・　２人が向かい合って両手をつないでリスの家をつくり、その中にリスが入る。（３人組をつくる）・　リーダー（余った人）の指示により、次の３パターンを実行する。　①　「火事だー！」で、家は動かず、リスがほかの家に入る。　②　「地震だー！」で、リスは動かず、家がほかのリスを入れる。　③　「嵐だー！」で、すべて解消して３人組をつくる。 |
|  |  | ○ | ３Ｄジャンプ | ・　全員が輪になり、手をつなぐ。・　リーダーは外側から声を出し、次のパターンを実施する。　①リーダーが「右」と言ったらメンバーは「右」と言って右に動く。　②リーダーが「右」と言ったらメンバーは「右」と言って左に動く。　③リーダーが「右」と言ったらメンバーは「左」と言って右に動く。・　パターン①②でチームワークをしっかりほめる。・　パターン③はかなり難しいので、クリアできなくても終了する。 |
| ○ |  |  | ビート | ・　２人組になり、向かい合って立つ。・　次のパターンをできるだけ早く行う。・　２人組でクリアできたと思えるまでトライする。・　４人、８人、１６人、３２人と増やしていき、最後は全員で行う。自分で１回拍手→相手と１回両手を合わせる→自分→相手と２回→相手と３回→自分→相手と４回→自分→相手と５回→自分相手と４回→自分→相手と３回→自分→相手と２回→自分→相手と１回→自分 |
| ○ | ○ |  | サムライ | ・　全員で輪になり、リーダー（サムライ）が剣をもって中心に入る。・　リーダーが首をねらった時はメンバーは腰をかがめて身を守る。・　リーダーが足下をねらった時はメンバーは軽くジャンプする。・　リーダーは２パターンを組み合わせる。・　切られたと思ったメンバーはリーダーを交代する。・　振り返りの視点：「この活動が楽しいのはなぜ？ |