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？ |