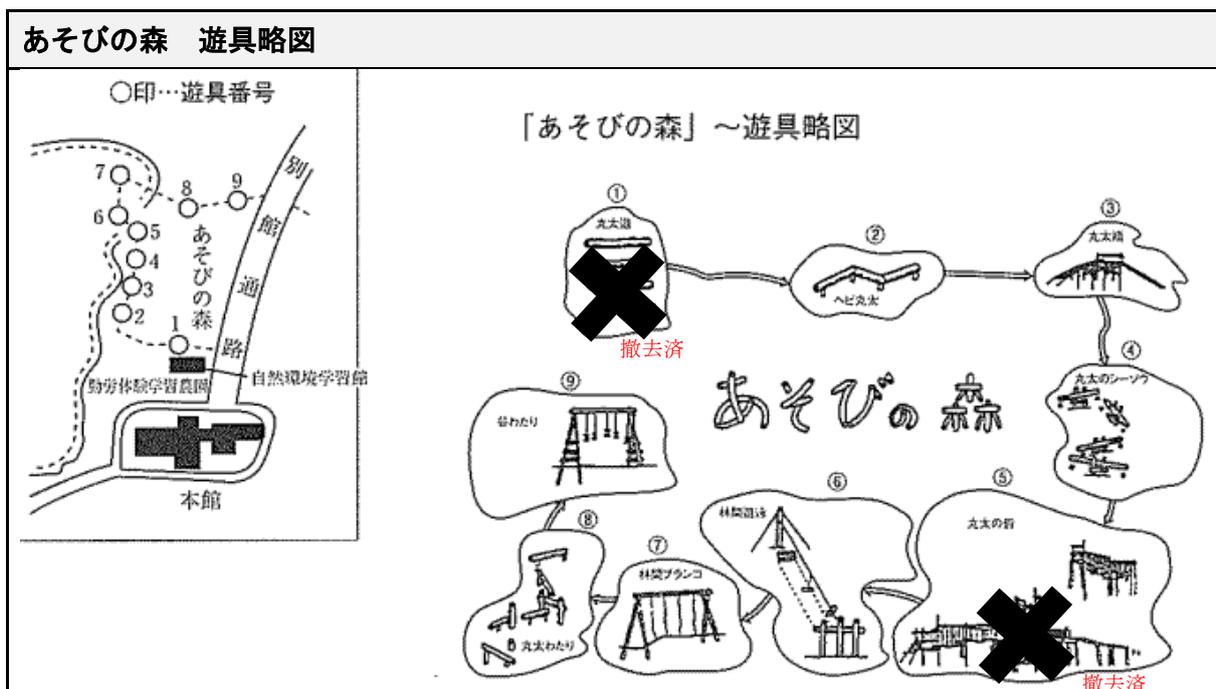


## 野外活動プログラム

活動名	(10) フィールドアスレチック			
内容	本館北側斜面にある「あそびの森」に設置されたアスレチックコースを次々に通過して、体力やバランス感覚を養う活動です。遊び方を工夫しながら自由に活動することもできます。子供たちは冒険心をかきたてられるに違いありません。また、イニシアティブゲームにも利用でき、人間関係など心を育む機会となります。			
条件	場所	あそびの森	対象	小学生以上
	時間	0.5時間～1.5時間	人数	100人程度
	時期	通年	天候	雨天時不可
期待される教育効果	(1) 自然の中で体を動かすことで体力やバランス感覚を養う。 (2) 遊びの中で仲間との親睦を図る。 (3) 集団で遊ぶことで思いやりや譲り合いの心をはぐくむ。			
準備物	自然の家が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> 無線 (任意)		<input type="checkbox"/> 動きやすい服装 (長袖、長ズボン、運動靴) <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 救急用品	
展開	1. 事前 (準備) (1) 事前に下見を行い、滑りやすい場所やつまずきやすい場所を確認する。 (2) 当日の天候を見て、自然の家の職員と相談の上、実施の判断をする。  2. 活動 (1) 代表者は必要に応じて、事務室で無線機を受け取る。 (2) 引率者の指導の下、健康観察、安全指導、準備運動を行う。 (3) 活動中、引率者は子供から目を離さない・  3. 事後 (片付け) (1) 終了後、集合し、点呼及び健康観察を行う。 (2) 遊具等に破損や異常があるときは、職員に伝える。 (3) 代表者は必要に応じて、事務室に無線機を返却する。			
安全管理ポイント	<input type="checkbox"/> 実施の可否は、自然の家職員と相談の上で決定する。 <input type="checkbox"/> 引率者の目の届く範囲で活動をさせる。 <input type="checkbox"/> 引率者を動く遊具の周りなどの要所に配置し、安全を確保する。			



森のハウスづくり実施の手引き	
引率者の心構え	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>ねらいを明確にした活動計画を作りましょう</b> 「何のために実施するのか」「どのように活用するのか」など、活動のねらいをはっきりさせて計画を作りましょう。</li> <li>2. <b>引率者（団体の責任者）は必ず事前の下見を行いましょう</b> 下見をすることで、危険箇所の把握及び的確な指導法の発案などに役立ちます。</li> <li>3. <b>活動における注意事項を徹底するための事前説明（学習）を行いましょう</b> 森の中での活動は危険を伴う場合があることや、活動のねらいをしっかりと伝えるためにも、事前説明を行いましょう。</li> <li>4. <b>直前の気象情報を把握してから活動しましょう</b> 長崎地方気象台HP等で天気予報が調べられます。これらの情報をもとに、自然の家の職員と相談の上、実施の可否を決定します。</li> <li>5. <b>活動中は環境への配慮を取り入れましょう</b> 森の美しい環境は、絶妙なバランスの上に成り立っています。環境に負担をかけないように十分配慮しましょう。</li> <li>6. <b>事後学習の機会を設けましょう</b> 森の環境と身近な環境の違いや、フィールドアスレチックで築かれた人間関係など、ねらいに合わせた振り返りをしましょう。</li> </ol>
安全な活動のための準備	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>服装、装備</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 長袖、長ズボン、軍手、帽子の着用 <ul style="list-style-type: none"> <li>・森の中での活動は、夏でも長袖、長ズボン、帽子が基本です。肌の露出は控えましょう。</li> <li>・軍手を必ず着用しましょう。素材は問いません。</li> </ul> </li> <li>(2) 運動靴と靴下を着用 <ul style="list-style-type: none"> <li>・履きなれた運動靴を履きましょう。脱げやすいものや底がつるつるのものは滑りやすく危険です。</li> <li>・足が固定されるように厚手の靴下を着用しましょう。</li> </ul> </li> <li>(3) 雨具の準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・山の天候は変わりやすく、予想外の降雨等も考えられます。防寒具としても使えますので、必要に応じて雨がっぱ等を準備しましょう。雨がっぱは上下に分かれる物が使いやすいです。</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>2. <b>事故に備えての対応</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) グループに傷病者が出た場合、誰が、どのように対応するかを事前に決めておきます。</li> <li>(2) 万が一の事故に備え、諫早自然の家、学校、保護者等の関係者への連絡方法を決めておきます。</li> <li>(3) 引率者は、絶えず参加者の所在と健康状態を確認することが大切です。</li> </ol> </li> </ol>
自然の家来所前に指導していただきたいこと	<ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 体調を万全にして臨む。</li> <li>(2) 活動前に服装などをお互いに点検する。</li> <li>(3) 活動中は班行動をとる。 <ol style="list-style-type: none"> <li>①単独行動は、けが等の原因になります。また、体調が悪くなる、けがをするなどして動けなくなった場合に、引率者との連絡が困難になります。</li> <li>②万が一誰かがけがをしたり、具合が悪くなったり、動けなくなったときは、ただちに近くの仲間や引率者に知らせ、助けを求める。</li> </ol> </li> <li>(4) ヘビやスズメバチ等の危険動物を発見したら、全員に注意を喚起する。</li> <li>(5) 活動終了時はきちんと靴の泥を落とす。</li> </ol>

<p>活動中止 等の基準</p>	<p>(1) 落雷の危険がある際には中止する。 〈基準〉・雷警報が発令されている。または、雷鳴が聞こえる。 ・雷注意報発令中で、気象レーダーで雷雲の発生が見られる。 ・自然の家事務室のサンダーメーターが作動した。</p> <p>(2) 強風の危険がある際には中止する。 〈基準〉・自然の家事務室の風速観測機が風速 8m を越えた。</p> <p>(3) 雨の予報がある際には、活動実施の可否を検討する、 ※「あそびの森」の遊具は水に濡れると非常に滑りやすくなるため、小雨でも実施不可です。 〈基準〉・長崎地方気象台 HP 等で天気予報を調べ、活動時間中に降雨の予報がある。</p> <p>※実施に不安がある場合は、遠慮せず事務室に相談にお越しくください。</p>
----------------------	---