

# 集団宿泊活動プログラムの作成



# たくさんプログラム 多くの活動

何をすればいいのか？ どのようにつくればいいのか。

今日は、実際にプログラムを作成してみよう。

まずは、次の作成したプログラムについて意見をください。

活動計画表 <宿泊棟用>

☆本用紙(活動計画表)は、利用開始日の20日前までに提出してください。

大分県立香々地青少年の家 活動計画表 <宿泊棟用> [R2年改定]  
 ※利用日の20日前までに提出してください。 記入日 年 月 日

団体名	マティ小学校		担当書記名	
連絡先	TEL ( ) - ( )	担当者連絡用携帯 ( ) - ( )	宿泊場所	( ⑥ ) 別 ( )
利用人数	男性 ( 12 ) 人 [うち引率者(指導者) 3人]	女性 ( 13 ) 人 [うち引率者(指導者) 3人]	合計人数	31 人
利用日	8月 / 日 曜日	8月 2 日 曜日	8月 日 曜日	
6:30 (迄7:00)	入所予定時刻 9:00	起床・洗面・床上げ	起床・洗面・床上げ	
7:00 (迄7:30)	入所式予定時刻 9:00	清掃	清掃	
8:00		朝食(定) ( 7:30 ~ 8:30 )	朝食(定) ( : ~ : )	
9:00	入所式			
10:00	所内 ポロン 7-リング	班 対抗 ドッジ ボール		
11:00	マインゲーム			
12:00	昼食(定・持・所・野) ( 12:00 ~ 13:00 )	昼食(持・持・所・野) ( 12:00 ~ 12:30 )	昼食(定・持・所・野) ( : ~ : )	
13:00	磯観察	退所式		
14:00				
15:00	海水浴			
16:00				
17:00	夕飯(定・野) ( 17:30 ~ 18:30 )	夕飯(定・野) ( : ~ : )	退所式予定時刻	8:40
17:30	入浴時間 ( 7:00 ~ 8:00 )	入浴時間 ( : ~ : )	退所予定時刻	
19:00			※希望活動場所について 室内で活動する場合は、活動時間の枠内にある希望活動場所を〇で囲んでください。こちらで調整を行います。略称は、以下の場所を示しています。	
20:00	プラネタ		・P (プレイホール…大体育館) ・シ (レクリエーション室…小体育館) ・創 (創作室…まが玉、プラホビー、紙造機等) ・ブ (プラネタリウム室…140席) ・視 (視聴覚室…88席) ・研 (研修室…教壇1つ、和室2つ) ・談 (別館談話室…100名) ・会 (別館会議室…30人程度)	
21:00	振り仮名			
21:30	就寝準備	就寝準備		
22:00	消灯・就寝	消灯・就寝		

※食事内容について、食事種別( )の中にある食事を〇で囲んでください。直接記入してもかまいません。略称は、定(定食)、持(持参弁当)、所(所内弁当…食量注文)、野(野外炊飯)を示しています。

- ①新しく学校に赴任してきた私は、5年生の担任となり香々地青少年の宿泊体験学習の計画をたてることとなった。
- ②毎年、8月の月上旬に香々地青少年の家を利用しているので前任の先生が8月1日～2日に予定を入れてくれていた。
- ③多くの活動をさせたいという思いから左のような計画を作成しました。  
左は、作成された計画表です。

問題点を考えて見よう。(グループ討議)

- ・入所の時間と対処の時間が同じ(荷物の移動どうするの?)
- ・プログラムが多く、時間のゆとりがない(着替え・移動の時間ある?)
- ・2日目の活動(学校でも実施できるのでは?)
- ・潮見表で確認すると磯観察、本当にできる?
- ・プラネタの時間(遅くない?)
- ・雨が降ったらどうするの?
- ・学校独自の活動がない
- ・その他

# 利用の準備

---

## プログラムの作成

- 1 活動の目的・目標を明確にしてください。
- 2 施設、設備や自然環境の特性を活かしてください。
- 3 参加者の人数や実態を十分考慮して、「半日一活動」を目安にゆとりをもった計画にしてください。
- 4 プラネタリウム鑑賞を除き、夜の活動は原則自主活動です。  
※プラネタリウム鑑賞は、20:00までに終了です。
- 5 雨天時の活動も必ず計画してください。
- 6 活動は、当所の活動内容を参考にして決定してください。（P13 参照）
- 7 海の活動の際には、当施設のホームページから潮汐表をダウンロードし計画を立ててください。  
また、活動の目安は、P15を参考にしてください。

大分県立香々地青少年の家 活動計画表 <宿泊棟用>

※利用日の20日前までに提出してください。

記入日 2020年6月13日

団体名	担当者氏名		
連絡先	TEL	担当者連絡用携帯	宿泊場所
利用人数	男性	女性	合計人数
TEL	( )	( )	宿 泊 棟 ( ) 別 ( )
男性 ( ) 人 (うち引率者 (指導者) 3 人)			合計人数 48 人
女性 ( ) 人			
利用日	8月24日 水曜日	8月25日 木曜日	8月26日 金曜日
入所予定時刻	10:00	10:00	10:00
入所式予定時刻	10:30	10:30	10:30
6:30 (※7:00)	起床・洗面・床上げ	起床・洗面・床上げ	起床・洗面・床上げ
7:00 (※7:30)	朝食 (定)	朝食 (定)	朝食 (定)
8:00	10:00	10:00	10:00
9:00	到着	到着	到着
10:00	到着	到着	到着
11:00	到着	到着	到着
12:00	昼食 (定・持・所・野)	昼食 (定・持・所・野)	昼食 (定・持・所・野)
13:00	オリエンテーリング	オリエンテーリング	オリエンテーリング
14:00	説明希望	説明希望	説明希望
15:00	レクリエーション	レクリエーション	レクリエーション
16:00	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL
16:30	16:30~ 担当者連絡会 (団体の担当者は、管理棟 指導室にお集まりください)		
17:00	夕食 (定・野)	夕食 (定・野)	夕食 (定・野)
17:30	17:30 ~ 18:10	17:30 ~ 18:10	17:30 ~ 18:10
19:00	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL
20:00	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL
21:00	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL
21:30	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL
22:00	70分休-IL	70分休-IL	70分休-IL

ゆとりある計画(半日1活動)

雨天プログラム(傘を差してオリエンテーリング)

時間の調整

決まっている時間(食事・部屋点検・就寝)

振り返りの時間(独自の活動)



※食事内容について、食事枠の( )の中にある食事を○で囲んでください。直接記入してもかまいません。略称は、定(定食)、持(持参弁当)、所(所内弁当…食堂注文)、野(野外炊飯)を示しています。

雑費・予備費	770円	薪、麦茶、ペットボトル飲料、おやつ等
合計	6,000円	



## 6 日程及び活動

1日目 6月20日(月)	2日目 6月21日(火)	3日目 6月22日(水)
8:00 学校集合(通常登校) 8:15 出発式 8:40 学校出発	6:30 起床 7:00 朝の集い(対応) 8:00 朝食 9:00 バドルサーフィン ※雨天時、プレイホールでの活動	6:30 起床 7:00 朝の集い(対応) 7:30 野外炊飯・朝食 (ホットドッグ作り) 9:00 写真立て作り
11:00 香々地青少年の家到着 11:30 入所式(創) (オリエンテーション)	12:00 梅を見ながら弁当 13:00 海水浴 ※雨天時、創作活動マイスプーン作り	13:00 入所式 14:30 着替え・休憩 15:30 野外炊飯(カレー作り)
12:00 昼食(食堂) 12:30 着替え(浴室) 13:00 海水浴 ※雨天時、創作活動マイスプーン作り 14:30 着替え・休憩(浴室) 15:00 テント設営 15:30 アスレチック	12:00 梅を見ながら弁当 13:00 海水浴 ※雨天時、創作活動マイスプーン作り 14:30 着替え・休憩 15:00 野外炊飯(カレー作り)	12:00 昼食(食堂) 12:30 退所式 13:10 香々地青少年の家 出発 15:30 学校着・解散式 16:20 下校(通常下校)
17:00 夕食(食堂) 18:00 入浴 19:00 プラネタリウム 20:00 一番星見つけ ※雨天時は、DVD視聴 22:00 消灯・就寝	17:00 夕食 18:00 入浴 19:30 夕日観察 20:00 焚き火の集い ※雨天時は、DVD視聴 22:00 消灯・就寝	17:00 夕食(食堂) 18:00 入浴 19:00 プラネタリウム 20:00 一番星見つけ ※雨天時は、DVD視聴 22:00 消灯・就寝



問11 今回の宿泊研修で効果を感じた活動とその理由について教えてください。

「海水浴」

海水浴の経験がほとんどない子どもたちに海での自然体験をさせることができた。2割の子どもは海水浴が初めてであり、プールでの水泳指導も2年間実施していないため、浮き輪を使うことによって安心して楽しむことができた。

「sup」

子どもにとって難易度がちょうどよく、全員に達成感を味わわせることができた。

「ソロテント泊」

自分たちでテントを張れたことが自信になった。友だちとの互助の姿も多くあった。部屋泊では友だちに話しかけていつまでも就寝しなかったり、起床時刻前から騒いだりする子どもがいたが、テント泊ではそのようなことはなく、しっかりと就寝できる場を提供できたことで、昼間の活動を元気にできた。

「野外炊飯」

段取りや役割分担など、特別活動ならではの活動であった。班どうして味見し合う姿も見られ、互いのよさを感じる事ができた。

「野外炊飯(ホットドッグ)」

活動後に朝食したので、食欲が沸いた。ご飯と味噌汁作りよりも比較的容易にできるので次の活動時間も保証することができた。

「焚き火」

火を眺めることも自然体験の一つとして感動的であった。薄暗い中で友だちと語り合ったことが非日常感もあり、感動を増した。キャンプファイヤーやキャンドルファイヤーと違い、少人数での活動に最適であった。

「プラネタリウム」

理科への知的好奇心を高めることができた。星空への関心を高める契機になった。

「焼き板ネームプレート」

ソロテント泊の特別感を高めることができた。

「科学実験ショー」

計画にはなかったが、自分たちが早めに行動したことで素晴らしいショーを観ることができ、時間を守ることのよさを知ることができた。

本年度の二泊三日の宿泊体験校のこだわりプログラム

# 2泊3日実施校の様子

- 教師の仕込み (目的・目標の明確化)
- ゆとりあるプログラム (プログラムのつながり)
- 失敗からの活動 (時間を守れない→時間を守る 炊飯の失敗→野外炊飯の成功)
- 学校独自の活動とこだわり (テント張り 夜のレクリエーション たき火体験 ホットドッグづくり)
- 子ども同士のつながりの強化 (時間の共有)

# 活動のねらいを見据えたプログラムの作成

潮の高さ 生徒数 学校間の調整などの心配なしで二泊三日のプログラムを作成する。

## ポイント

- ・活動のねらいを明確にする(子どもの成長)
- ・つながりのある活動(プラネタ→実天観察)
- ・学校独自の活動(既存のプログラムの工夫や新しい取り組み)
- ・宿泊体験の意義をふまえて
- ・香々地でできるプログラムから何を学習するのか  
(ビーチコーミング→SDGs 野外炊飯→災害対応 自主活動 協力? )  
ねらいによつての取り組み方の違い



# (1) モデルプラン1 「児童の自主性、自立性を育むプラン」

## 1日の流れ

1 日 目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	野外炊飯① (カレー作り)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴
	19:00	夕日鑑賞・星空観察
20:00		
21:00	振り返り 就寝準備	
22:00	就寝	
2 日 目	6:00	起床・整理整頓 朝の集い
	7:00	朝食
	8:00	活動準備
	9:00	
	10:00	海の活動① (いかだ活動)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	野外炊飯② (だんご汁、鍋料理等)
16:00		
17:00		
18:00	入浴	
19:00	夕日鑑賞・星空観察	
20:00		
21:00	振り返り 就寝準備	
22:00	就寝	
3 日 目	6:00	起床・整理整頓 朝の集い
	7:00	朝食
	8:00	活動準備
	9:00	
	10:00	海の活動② (海水浴)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
14:00	退所	

## 1日目

### ○野外炊飯① (カレーづくり)

野外炊飯は、普段とは違う屋外での調理活動です。1日目は野外炊飯では一般的なカレーづくりを提案します。それぞれが役割を果たす中で、責任感と協力を学ぶことができます。また、なべでご飯を炊くことは、防災教育にもつながります。



### ○夕日鑑賞・星空観察

香々地青少年の海岸は西に水平線があるため、海に沈む夕日を鑑賞することができます。周辺には高い山がないため、広く星空を観察することができます。また、プラネタリウム解説と実天観測を組み合わせることで、星空に親しみ、星空に興味を持つ児童の心を育成することができます。



## 活動のねらい

- ・野外炊飯やいかだ活動等、協力し合う活動を通して、仲間との親睦を深める。
- ・野外炊飯や海の活動を1日目と2日目に続けて行うことを通して、活動に関する技能を高めるとともに、自主性・自立性を育成する。

改行

## 2日目

### ○海の活動①

海の活動では、いかだ活動、SUP、海水浴を体験できます。例えばいかだ活動では、操船するために必要な技術だけでなく、仲間と協力することの大切さを感じさせることができます。また、この日の経験を翌日の海の活動に活かすことで、安全面等の見通しをもって行動することを学ぶことができます。



### ○野外炊飯② (だんご汁、鍋料理等)

1日目の野外炊飯で身につけた調理や火の調整の技術を活かした夕食作りをします。だんご汁や鍋料理など、各学校の教育課程や特長を活かした炊飯体験を考案することもできます。また、前日の野外炊飯の経験を元に、児童に調理を任せることで、自主性、自立性の向上を目指します。



## 3日目

### ○海の活動② (海水浴)

安全面を考慮し、小学生は指導者の腰まで(中学生は指導者の胸まで)のラインでエリアロープを張り泳がせます。慣れてきたら、児童の足のつかないところでの泳ぎに挑戦することもできます。



### ○その他の活動

- ・マイスプーンづくり  
マイスプーンは、桜の木を使って作るオリジナルスプーンづくりです。カレーづくりの前の日に行い、野外炊飯でつくったカレーを自分で作ったスプーンで食べることもできます。



私の「  
活動のねらい

」プログラム ( )学校

工夫

1日の流れ

1 日 目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	
	16:00	
	17:00	
	18:00	
	19:00	
	20:00	
	21:00	
	22:00	就寝
2 日 目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	
	9:00	
	10:00	
	11:00	
	12:00	
	13:00	
	14:00	
	15:00	
	16:00	
	17:00	
	18:00	
19:00		
20:00		
21:00		
22:00	就寝	
3 日 目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	
	9:00	
	10:00	
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

## 参考資料

大分県版「宿泊活動手引き」

香々地青少年の家「利用の手引き」(P3～P15)

潮見表(ホームページからも見れます)

わからない事や活動は担当職員に聞いてください。

A 中野 B 竹内

最後にそれぞれのプログラムを共有します。

私の「ほのぼの 協カ」プログラム (青江小) 学校

活動のねらい

- 野外炊飯やいご活動等、協カし合う活動を通して、友だちとの親睦を深める。

工夫

- 班活動も多く取り入れて、友だちと協力する場面を多く設定する。
- 星空観察、いご体験 - ネイチャービンゴ、自然とふれ合う活動を取り入れる。
- 体を動かして、楽しく遊ぶ。

1日の流れ

1 日 目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	野外炊飯①
	14:00	
	15:00	カレー (班)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴
	19:00	プラネタリウム → 星空観察
	20:00	
	21:00	ふり返り 就寝準備
	22:00	就寝
2 日 目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	朝食
	9:00	
	10:00	海の活動① (班)
	11:00	いご活動
	12:00	昼食
	13:00	野外炊飯②
	14:00	
	15:00	ごはん、豚汁 (班)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴
19:00	キャンプファイター 出し物、花火	
20:00		
21:00	ふり返り 就寝準備	
22:00	就寝	
3 日 目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	朝食
	9:00	
	10:00	ネイチャービンゴ (班)
	11:00	アスレチック
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

森と暮らし活動

私の「森林の環境を治かへ」プログラム (高田) 学校

活動のねらい

- 森林の役割への興味関心を高める。
- 自然界のものの循環や人間の生活との関わり (世界農業遺産と関連づけて)

工夫

「森」をテーマにした。

1日の流れ

1日目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	「森と出会う」 アスレチック (ネイチャービンゴ) 集いの
	14:00	
	15:00	集り → 集付き (音) 木の大事
	16:00	
	17:00	夕飯 入浴
	18:00	テニスコート、ファイヤー 星空観察
	19:00	テニスコート(?) ファイヤー or 星空観察
	20:00	
	21:00	就寝
2日目	6:00	起床
	7:00	朝のびい 朝飯
	8:00	「森を知ろう」 職員さんに教えてもらう
	9:00	杖柄体写
	10:00	
	11:00	野外炊飯 手拭い巾着
	12:00	
	13:00	
	14:00	
	15:00	XNUMXは自分(5人で決める)
	16:00	到エゴと (事前)
	17:00	3時7=30分集り
18:00	入浴	
19:00	星空観察 ナイトタイム	
20:00		
21:00	就寝	
3日目	6:00	起床
	7:00	朝のびい 朝飯
	8:00	「森のこれからを語る」
	9:00	クワット 木を使って
	10:00	
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

テニスコート(?)

私の「友僊結

」プログラム

( )学校

活動のねらい

- 児童の自主性・自立性を育む
- 協力 思いやり
- 自然体験

工夫

オリエンテーリング 2回

7合ふく 2回

1日の流れ

1日目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	所内 オリエンテーリング ①
	14:00	
	15:00	
	16:00	野外炊飯 ①
	17:00	
	18:00	
	19:00	夕日 観望
	20:00	星空 観望 (プラネタリアム 入浴)
	21:00	振り返り
22:00	就寝	
2日目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	朝食 清掃
	9:00	
	10:00	長崎島 WR ②
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	
	16:00	野外炊飯 ②
	17:00	
18:00		
19:00	夕日 観望	
20:00	星空 観望 入浴	
21:00	振り返り	
22:00	就寝	
3日目	6:00	起床
	7:00	
	8:00	朝食 清掃 退所準備
	9:00	
	10:00	海の活動 いかだ活動
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

私の「森と海を <sup>味わい</sup> ~~遊~~ つくせ!!」プログラム ( ) 学校

活動のねらい

- 1日目は森、2日目は海での活動で、自然体験
- テント設営や野外炊飯、いかに活動時、協力し合う活動を通して、友だちとの親睦を深める
- 

工夫

1日の流れ

1 日 目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	テント設営 森の探検 (野草の採集)
	16:00	
	17:00	夕食
	18:00	入浴
	19:00	森の砂浜の散歩
	20:00	振り返り
	21:00	就寝準備
	22:00	就寝
2 日 目	6:00	起床
	7:00	朝のつどい
	8:00	朝食 準備
	9:00	
	10:00	海の活動① (いかだ活動)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	野外炊飯 <u>自分たちで</u> (カレー作り) or (かき飯アツアツ)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴
19:00	夕日観賞・星空観察	
20:00	振り返り	
21:00	就寝準備	
22:00	就寝	
3 日 目	6:00	起床
	7:00	朝のつどい
	8:00	朝食 準備
	9:00	
	10:00	海の活動② (海水浴)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

私の「森と海を <sup>味かい</sup> ~~遊~~ つくせ!!」プログラム

( )学校

活動のねらい

- 1日目は 森、2日目からは海での活動で 自然体験
- テント設営 や 野外炊飯、いかだ活動時、協力し合う活動を 通して 友だちとの親睦を深める
- 

1日の流れ

1 日 目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	テント設営 森の探検 (野草の観察)
	16:00	
	17:00	夕食
	18:00	入浴
	19:00	夜の砂浜の散歩
	20:00	振り返り
21:00	就寝準備	
22:00	就寝	
2 日 目	6:00	起床
	7:00	朝のつどい
	8:00	朝食 準備
	9:00	
	10:00	海の活動①(いかだ活動)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	
	15:00	野外炊飯 (カレー作り) or (かまぼこ作り)
	16:00	
17:00		
18:00	入浴	
19:00	夕日観賞、星空観望	
20:00	振り返り	
21:00	就寝準備	
22:00	就寝	
3 日 目	6:00	起床
	7:00	朝のつどい
	8:00	朝食 準備
	9:00	
	10:00	海の活動②(海水浴)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
	14:00	退所式

工夫



私の「

」プログラム

( )学校

活動のねらい

◦ 野外炊飯やウインド活動、協力合演活動を通して、  
友だちとしかばを築く。

◦ 自然の大切さ。

工夫

1日の流れ

1日目	10:30	到着
	11:00	入所式
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	野外炊飯
	15:00	(カレー)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴
	19:00	星空観望?
	20:00	
	21:00	
22:00	就寝	
2日目	6:00	起床
	7:00	朝の準備
	8:00	朝食 - 準備
	9:00	海の活動
	10:00	(いもた、海水浴)
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	
	14:00	野外炊飯
	15:00	(パルパティ)
	16:00	
	17:00	
	18:00	入浴 - 夕飯(カレー)
	19:00	星空観望
20:00	入浴	
21:00	星空観望	
22:00	就寝	
3日目	6:00	起床
	7:00	朝の準備
	8:00	野外炊飯 (ホムサド) or. (ゴシムとあみだ)
	9:00	
	10:00	海の活動 SUP
	11:00	
	12:00	昼食
	13:00	退所式
14:00	退所式	