

# 限界突破キャンプ事業内容

## (1) 日程

(■=登山プログラム、■=仲間づくりに関するプログラム、■=外部講師プログラム)

		事前キャンプ (県立妙義青少年自然の家)														宿泊場所				
		4:00	5:00	6:00	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	
1日目 7/10(土)	受付						※保護者も参加 事前説明会	オリエンテーション 自己紹介 アンケート		昼食	大塚製菓熱中症講義	妙義仲間づくり プログラム (アイスブレイク・ くさり場チャレンジ)	野外炊事 (防災ご飯)	登山講義	登山MT	入浴	就寝		自然の家(妙義)	
	2日目 7/11(日)	起床	荷物整理	朝食	清掃		妙義山(自然の家～見晴台)登山 (昼食～弁当)				解散									

		本キャンプ (国立赤城青少年交流の家)														宿泊場所				
		4:00	5:00	6:00	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	
1日目 7/31(土)	受付						開会式	仲間作り レクリエーション		昼食	チーム旗 作り	野外炊事 (カレー)	入浴	登山講義 ふりかえり 健康観察	就寝					(交流の家(本館))
	2日目 8/1(日)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	バス移動	榛名富士登山				バス移動	アドベンチャーラリー (チームで課題解決)	つらい	入浴	夕食	登山MT ふりかえり 健康観察	就寝				
3日目 8/2(月)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	洗濯	野外炊事 (ピザ&ポトフ)				洗濯物 取り込み	お別れ会 企画	テント 設営練習	つらい	入浴	夕食	ふりかえり 健康観察	就寝				(赤城山分校)
4日目 8/3(火)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	赤城山縦走① (交流の家～鍋割山～荒山高原～鳥居峠～赤城山分校) (昼食～弁当)				テント 準備	入浴	野外炊事	ふりかえり 健康観察	就寝								
5日目 8/4(水)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	赤城山縦走② (赤城山分校～黒檜山～駒ヶ岳～赤城山分校) (昼食～弁当)				休憩	テント 準備	野外炊事 準備	入浴	野外炊事	ふりかえり 健康観察	就寝						
6日目 8/5(木)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	テント 片付け	赤城山縦走③ (赤城山分校～鳥居峠～荒山高原～荒山～交流の家) (昼食～弁当)				休憩 荷物管理	ふりかえり 健康観察	つらい	入浴	夕食	キャンプの まとめ・発表 準備	就寝					
7日目 8/6(金)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	キャンプのまとめ・発表昼				昼食	お別れ会準備		お別れ会 (野外炊事・レク)	入浴	ふりかえり 健康観察 就寝							(交流の家(本館))
8日目 8/7(土)	起床	床 健康観察 荷物整理	朝食	清掃	退所点検	ふりかえり (アンケート等)	閉会式	解散												

## (2) プログラムデザイン

### 【ステージについて】

全体のねらい達成に向け、キャンプを4つのステージに分け、ステージごとのねらい、活動のポイント、スタッフのかかわり方について明確にし、キャンプを実施した。

日程	ステージのねらい	活動のポイント	スタッフのかかわり方
----	----------	---------	------------

### 【ファースト】 出会いのステージ

7/10(土) 事前キャンプ 1日目	本キャンプに向けて、新しい仲間と共に協力して取り組んでいこうという意欲をもつ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>本キャンプに向けて、必要な心構えや道具の準備を自分なりに考える。</li> <li>初めて出会う仲間と様々な活動に進んで取り組む。</li> <li>様々な活動を通して、仲間の特徴を感じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>子供たちの緊張をほぐすために、笑顔で接し、明るく元気に前向きな態度で接する。</li> <li>基本的な生活習慣(早寝早起き朝ごはん)や挨拶、正しい言葉遣い、整理整頓などについて指導し、意識付けを行う。</li> <li>個人の特徴(人のかかわり方などの性格)をつかみ、記録を取る。</li> </ul>
7/11(日) 事前キャンプ 2日目			

### 【セカンド】 仲間作りのステージ

7/31(土) 1日目	グループの仲間同士で、お互い励まし合い、支え合いながら登山に取り組もうという意識をもつ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャンプ生活に必要な様々な知識、技術を身に付ける。</li> <li>様々な活動を通して、チームの仲間とかかわり合い、他者を認め合いながら活動に取り組む。</li> <li>チームの仲間を助けたり、助けられることで仲間の良さに気づく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チーム旗作りやふりかえりカードへの記入の仕方を指導し、継続的なふりかえりを充実させる。</li> <li>野外炊事などのキャンプ生活に必要な基礎知識や技術を伝え、手本となる。</li> <li>個々の緊張を和らげ、チーム内でお互いのかかわりが生まれるようにする。</li> </ul>
----------------	--	---	---

### 【サード】 挑戦のステージ

8/1(日) 2日目	目標に向かって、仲間と共に協力しながらやり遂げることで、最後まであきらめず挑戦しようという気持ちをと、自己と仲間との向き合い方について考えをもつ。	<ul style="list-style-type: none"> <li>困難な状況においても、自分で考え、チームの仲間と話し合いをしながらあきらめずにやり抜く。</li> <li>チームの中での自分の役割を理解し、その役割を果たす。また、助けが必要な場面で適切に仲間を支え、お互いに協力して活動に取り組む。</li> <li>チームの仲間の励ましや助けがあつてやり抜けたことを実感し感謝する。また、やり抜いた自分の頑張りに気づく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>登山ルートでは、安全の確保は徹底するが、直接的な手助けは行わず、仲間同士での助け合いを見守る。</li> <li>子供の体力的な様子に目を配り、体調の変化の把握に努める。</li> <li>子供たちの挑戦を積極的に励まし、認め、一人一人の意欲を高める。</li> <li>子供たちの人間関係について実態把握し、スタッフ間の連絡を密にして支援する。</li> <li>ふりかえりの時間では、他者の良さや頑張りを目を向けるようにし、一人一人が他者から認められる経験をすることができるようにする。</li> <li>危険行為や全体の約束事から外れるなど、悪いことには毅然とした態度で対応する。</li> </ul>
8/2(月) 3日目			
8/3(火) 4日目			
8/4(水) 5日目			
8/5(木) 6日目			

### 【ファイナル】 旅立ちのステージ

8/6(金) 7日目	全日程をやり遂げたという達成感を味わい、これまでの自分と今の自分の変化や成長・仲間との向き合い方を見つめ、今後の自分の生き方について考えていく。	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分以外の助けや支えを意識しながら、自分の言葉で感想を伝える。</li> <li>チームの仲間と過ごした日々をふりかえり、これからも仲間を大切にしていこうという気持ちをもつ。</li> <li>最後までやり抜いた自分を見つめ、成長を実感する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャンプスタート時の頃の自分を想起させ、やり抜いたことに対する自信を持たせる。</li> <li>子供たちの主体的な活動を見守る。</li> <li>キャンプを通して学んだことを、今後の人生にどのように生かしていきたいか、しっかりと考えさせる機会を充実させる。</li> <li>これからも、何事にも自信を持って取り組むよう言葉をかける。</li> </ul>
8/7(土) 8日目			