

# □■ 17 わくわくルンルン ■□

～ わくわくする気持ちを味わい、  
グループの仲間と近くなるアクティビティです ～

公園など自然物の多い屋外と、表現活動のできる屋内(臨機応変に、野外でももちろん可)とを想定しています。アクティビティは二部に分かれていて、自分一人の気持ちと向かい合う前半と、その気持ちを互いに聞き合いながら、グループで表現する後半です。活動全体を通して貫くのは「楽しい気持ちになる」ということで、自分にとって、「楽しい」とはどんな感じなのか、グループ(他者と)で「楽しい」をどのように創るのか、体験します。そうして、このアクティビティ自体を体験することによって、グループのメンバーと近くなってしまいます。



スーザン

\*対象…小学校中学年～  
\*人数…グループ4～6人、  
何グループでも・  
\*時間…90～140分  
#創作#野外で行う

## 用意するもの

- 模造紙(グループ1枚)
- 自然物(各自が拾ってくる ※必要なら、拾った物を入れるビニル袋)
- その他クラフト素材(クレヨン、マジック、スズランテープ、紙テープ、色画用紙、色紙、紐、毛糸、紙粘土、など)
- 用具(ハサミ、カッターナイフ、木工用ボンド、布ガムテープ、クラフトテープ、新聞紙、など)

## 進め方

- (1) 4～6人のグループに分け、ねらいと課題を説明します。
- (2) 実施1。無言で、屋外に自分の「わくわくルンルン」を探し、拾いに行きます。
- (3) 実施2。拾ってきたものを互いに見せ合い、どんなものを拾ってきたのか、なぜそれを選んできたのか、などを聞き合います。(ものが同じでも考えが違うことを知る)

- (4) 実施3。拾ってきたものにクラフト素材を使いながら、グループで「わくわくルンルン」を表現します。
- (5) グループ発表し、それぞれの表現した「わくわくルンルン」を見合います。
- (6) このアクティビティの間に、感じたことや思ったこと、考えたことなどをグループでわかち合います。

## くわしい手順

- (1) 4～6人のグループに分け、ねらいと課題を説明します。

説明例：

<ねらい>

「今日は、わくわくする気持ち、ルンルンする気持ち、楽しい、嬉しい気持ちを見つけて、それを集めて、素敵な、大きな、わくわく、ルンルン、楽しい、嬉しい気持ちをつくりたいと思います」

<課題>

「これから、一人ひとりがこの公園内を歩き回り、わくわくしたり、ルンルンしたり、楽しくなったり、嬉しくなったりとを感じるものを、時間内にできるだけたくさん集めてきます。」「そして、持ち寄ったものを、グループの仲間に見せ合ったり、説明したりしながら、それらを使って、わくわく、ルンルン、する作品を作ります」

- (2) 実施1。無言で、屋外に自分の「わくわくルンルン」を探し、拾いに行きます。戻ってくる時間を知らせ、個々に屋外へ自然物を拾いに行きます。実施1の間は、無言であることを伝えます。

説明例：

「まずこれから公園内を歩き回り、わくわくしたりルンルンしたり、楽しくなったり嬉しくなったり、感じる物を集めてきてください。」「誰かと一緒に行ってもいいですが、その人に相談したりせずに、自分で感じて自分で見つけてきてください。自分がそう感じる事が大切です。なので、無言です。」

「その次にすることは、また、あとで説明します。」

屋外の状況に応じて、屋外の範囲、安全上の留意点を伝えます。また、安全を確保するためのスタッフの役割や配置場所なども事前に決めておくといいです。屋外に行っている間、グループごとに模造紙を置いておきます。また、用具も、グループごとに配っておきます。その他のクラフト素材は、どのグループからもとりに来やすいところに広げておきます。

- (3) 実施2。戻ってきた順に自分のグループの場所に座り、拾ってきたものを自分の前に置きます。全員が戻って来たら、無言の時間が終了したことを知らせます。互いに持ってきたものを見せ合い、どのようなものを拾ってきた

のか、拾った理由などを聞き合います。

説明例：

「おかえりなさい！全員が戻ってきました。拾ってきた、それぞれのわくわくやルンルンを見てみましょう。…それぞれ、自分の拾ってきたものを順番に説明してください。もちろん、聞きたいことがあったら、質問していいです。10分くらいで、どうぞ。」

「10分経ちました。どうでしたか？同じ気持ちでも全く同じではなかったのではないのでしょうか？似ていることも見つければ、自分にはない新しい発見も見つかったかもしれません。」

- (4) 実施3. 拾ってきたものにクラフト素材を使いながら、グループで「わくわくルンルン」を表現します。

説明例：

「わくわく、ルンルンしたり、楽しい、嬉しい気持ち感じさせたりする材料が、たくさん集まりました。これから、それらを使って、模造紙の上に、グループメンバーで協力し、楽しみながら、わくわく、ルンルンしながら、その気持ちを表現してください。ハサミやのり、クレヨンなどはグループに配ってありますので、それを使ってください。その他に用意した材料がここにあります。全グループ分はないので、必要な時にここに来て、必要な分だけ持って行って使ってください。困ったときはスタッフに相談してください。相談に乗ります。」(質問があれば受ける)「時間は30分です。それでは、どうぞ。」

- (5) グループ発表し、それぞれの表現した「わくわくルンルン」を見合います。グループ数や状況に応じて、臨機応変に行い、10分くらいで終わらせます。

[グループが5以下の場合]

発表するグループに、みんなで集まり、グループごとに作品のポイントを2分以内に説明する。

[グループが6以上の場合]

それぞれ、自由に作品を見て回り、見終わったら、自分のグループに戻って来て座る。全員が座ったら終了。

- (6) このアクティビティの間に、感じたことや思ったこと、考えたことなどをグループでふりかえります。

プログラムの時間等を考慮して、臨機応変にふりかえりの時間をもつようにします。

[15分以内の場合]

個人で気づきを記入します。白紙を配り、自分のことグループメンバーのこと、全体を見て回って気づいたことについて、自由にメモします。

[20分以上の場合]

①個人で気づきを記入します(5～10分)。白紙を配り、自分のことグループメンバーのこと、全体を見て回って気づいたことについて、自由にメモします。

②それぞれ、メモしたことをもとに、グループ内で気づいたことを発表し合います。(ふりかえりの時間—個人記入の時間)

[全体で…]

この時間での気づきを全体で発表します。実施1、実施2の時間で気づいたことでもよいし、それをふりかえってみて、グループの仲間と気づきを出し合ってみて、気づいたことでもよいです。

このアクティビティの時間とこれからの時間をつなげて、ここでの体験が生かされるきっかけとなるような話や問いかけをして終わります。

## バリエーション

大きなプログラムの中で、このアクティビティを位置づける時間帯によって得られる効果が違います。初めの段階で実施すれば、大きなプログラムを過ごすグループの仲間と知り合うきっかけになったり、どのようにグループで楽しく過ごしていけるかの共通理解の時間になったりします。終わりの段階で実施すれば、プログラム全体のふりかえりになります。

## ふりかえり

- やってみて、どんなことを感じたり、思ったり、考えたりしましたか。
- 自分と似ているなあ、同じところがあるなあ、と感じたことはありますか。それはどのようなところでしたか。
- 自分と違うところがあるなあ、まったく違うなあ、と感じたことはありますか。それはどのようなところでしたか。

## 注意事項

- 屋外を使うので、安全面に十分留意してください。
- 自然物を持ち帰るときの留意点も十分に配慮し、伝えてください。そのときに、禁止事項を事務的に伝えるのではなく、自然を大切にすることの重要性も合わせて伝えていくと、いままでとは違う視点で、自然と出会えると考えます。

## □■ 18 おときはなし(音聴話) ■□

～ 自然の音を探し、自然物で表現します ～

自然の中には、様々な音があふれています。ふだん聞き逃している自然の音を、じっくり聴いてみましょう。気になった音、自分の感性に訴えかけてくるようなサウンドを見つけたら、それを自然のものを使って表現し、分かちあいます。



シンプソン

\*対象…小学生以上  
 \*人数…4～5人で1グループ  
 何人でも  
 \*時間…20分程度  
 #自然体験 #野外活動 #耳をす  
 ます

### 用意するもの

□ 画用紙 人数分

### 進め方

- (1) ファシリテーターの目の届く範囲で、好きな場所に散らばります。合図があるまで、その場所から動かないようにします
- (2) 5分程度、じっくりと耳を澄まして、自然の音を聴き取ります
- (3) ファシリテーターの合図で聴き取りを終え、その音を、自然物を使って画用紙の上に表現していきます(5～10分程度)
- (4) ファシリテーターの合図でグループごとに集まり、各自が作品を発表して、製作意図などについて説明します

### ふりかえり・まとめ

- ・音の感じ方は、人それぞれ
- ・表現の仕方にも、それぞれの感性があらわれる  
(誰のどんな表現がよかった?)
- ・他者の感性や感じ方、価値観などから学ぶことがある

※このプログラムは、平成27年度体験学習サポーター養成講座「自然体験編」参加者の  
 関文貴さん、曾屋愛優香さん、伊藤幹生さんが作成しました。

## □■ 19 ○○の得意技 ■□

～ 葉っぱや木の枝の得意技を即興劇で表現 ～

グループごとに用意された、葉っぱや木の実などの自然物。なぜこんな形？どうしてこの大きさ？といった疑問から、その自然物の得意技を考え、即興劇で表現します。想像力と演技力、チームワークが求められる、楽しくてチャレンジレベルの高いプログラムです。



シンプソン

\*対象…小学校中学年～  
\*人数…5～6人のグループ  
で40人程度まで  
\*時間…30分  
#自然体験#イニシアティブ  
#演じる

### 用意するもの

□ 木の実、枝、葉っぱなどの自然物（原則として落ちているもの）

### 進め方

- (1) 5～6人のグループに分け、用意した自然物を各グループに1つ渡します
- (2) グループでその自然物の得意技を考えます。小学校高学年以上の場合には、「その植物が繁殖する（生きのびる）ための得意技」といった条件をつけ、生態系の観点から考えることを促します
- (3) 得意技が見つかったら、それを劇でどう表現するか相談します（3分程度）
- (4) 各グループ1分以内で、即興劇を発表します

### ふりかえり

- ・ 自然を見るときにどんな見方があると気づいた？
- ・ 自然の生き物は、どんな知恵を持っていた？
- ・ 自分たちの思いをうまく劇で伝えることができたか？
- ・ 自分たちのグループのチームワークはどうだった？

※このプログラムは、平成27年度体験学習サポーター養成講座「自然体験編」参加者の小口功一郎さん、勝水童空さん、佐藤央さんが作成しました。