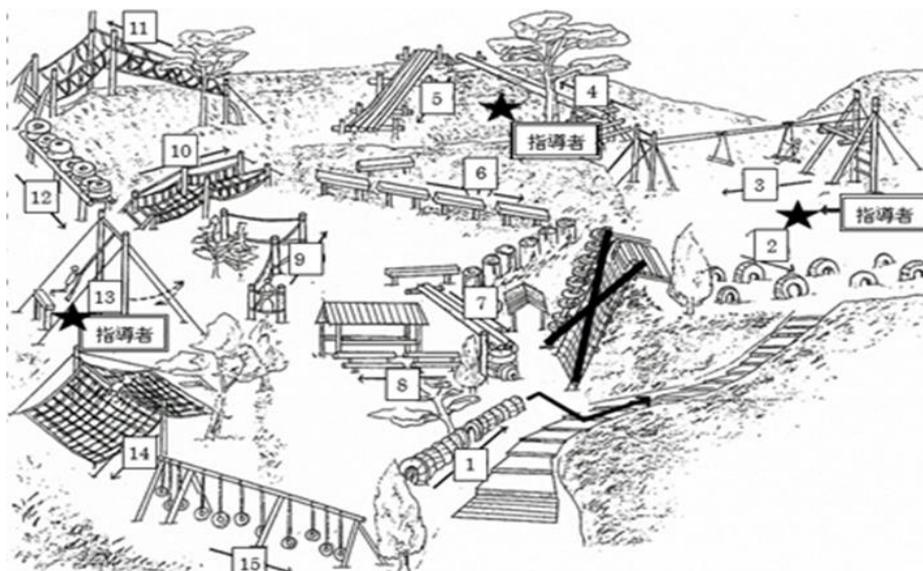


プログラム名	アドベンチャー		活動時間 60～90分
概要	<p>○自然の中に設けられている15ポイントの冒険遊具に挑戦し、柔軟性、平衡性などの体力的要素と集中力や判断力、挑戦する心などを養う。</p> <p>○最大人数 70人（それ以上の場合は相談）</p>		
ねらい (SDGs)	 	<p>○アドベンチャーを通して運動することの楽しさに気づき、運動習慣に身に付けることで健康的な生活に繋げる。</p> <p>○班単位で活動することで友だちのことを考え、ペースを合わせるなど思いやりのある人間関係を築く。</p>	
準備物 (服装など)	<p>○教育センター・・・救急セット</p> <p>○研修団体・・・運動着（長袖長ズボンが望ましい）、運動靴、軍手、水筒、虫よけスプレー など</p>		
研修の流れ	<p>○集合場所に整列（団体引率者の指導）</p> <p>○準備体操</p> <p>○活動についての説明（センター職員）</p> <p>○活動開始/終了</p> <p>○再度集合し終わりのあいさつ</p> <p>○次の活動に向けて移動（団体引率者の引率）</p>		
研修場所	<p>集合場所</p> <p>○屋外・・・冒険の森広場 ふれあいの広場</p>	<p>活動場所</p> <p>冒険の森</p>	
研修生への留意点	<p>○班でまとまって活動すること。</p> <p>○チャレンジする気持ちで、活動を楽しむこと。</p> <p>○遊具は通し番号順に行うこと。</p> <p>○遊具のロープや足場を、わざと揺らさないこと。</p> <p>○活動中、友達を急かさないこと。</p> <p>○怪我防止のため、その遊具ができるかどうか、自分で判断すること。</p> <p>○活動中の水分補給は、班で相談してとること。</p> <p>○遊具の待ち人が多い場合、班で相談してその先の遊具に行ってもよい。</p>		

遊具名	留意点
1 タイヤウォーク	タイヤの上を渡る。
2 バランス跳び	タイヤの上を跳べない場合は、タイヤを馬跳びしてもよい。
3 ロープすべり★	すべる時、下から上がってくるゴンドラに気をつける。
4 1本橋★	靴の裏の土を落としておく。ゆすらない。怖い場合は、馬乗りでお尻で進む。
5 すべり台	横におちないように気をつける。
6 山すべり	足もとをしっかり見て進む。前の人を押さない。
7 2本橋	降りるときすべらないように気をつける。
8 かに渡り	両手で体を支え、横へ進む。
9 ロープづたい	ロープをしっかり握り、足を踏みはずさないように渡る。ゆすらない。
10 つり橋	ロープをしっかり握り、足を踏みはずさないように渡る。ゆすらない。
11 モンキーフリッシュ	ロープをしっかり握り、足を踏みはずさないように渡る。ゆすらない。
12 タイヤくぐり	「2本のタイヤは上から、1本のタイヤは下から」と交互にくぐり進む。
13 スイングロープ★	ロープから手を離さず、できるだけロープの上を持つ。着地時に膝、足首にも注意。
14 ネット登り	前の人が降りてから前転をする。前転のとき、ロープから手を離さない。
15 タイヤ渡り	タイヤの動きを利用して渡る。

引率者への
留意点

班分け
4～6人班



【冒険の森 遊具の名称と図】

○事前準備

- ・ 研修生の班分け（ブライントツアーと同班可）
- ・ 引率者の監察ポイントの配置を決めてください。
遊具番号：3、4、13（上図の★）

○研修当日

- ・ 上記、3ヶ所の遊具をはじめ、研修生の観察。
3ヶ所の観察ポイントについては、当日説明カードをお渡しします。
- ・ 怪我が起きた場合、センター職員に報告してください。
連携を取り、事後対応を取ります。