

7. 活動プログラム

■プログラム作成にあたって

「何の活動をするのか」の前に「何のためにするのか」を考えて、無理のない活動プログラムを組み立ててください。また、荒天時の場合の予備のプログラムも計画に入れてください。

■準備物・注文品

活動プログラムによっては、事前に団体側で準備・持参していただくものや教材注文、講師依頼をいただく必要があるものがあります。詳細については各プログラムの紹介ページにてご確認ください。

■活動プログラム

主な活動プログラムをご紹介します。ここにはない活動プログラムについては、ホームページにある活動資料集をご覧ください。不明な点がございましたら、自然の家までお気軽にお問い合わせください。

	活 動 名	ポ イ ン ト	要注文	頁
登 山 活 動	来拝山登山	宿泊学習の定番		20
	大辻山登山	富山百名山のひとつ		20
	大丸山登山	幼児向け軽登山		21
	前谷沢歩き	幼児に大人気		21
	立山（雄山）登山	3,000m の本格登山		22
	室堂周辺散策	高原散策		22
キャン プ 活 動	ドームテント設営	テントの貸出無料		23
	森小屋づくり	森小屋で宿泊体験	○	23
	森の遊び場づくり	森の中で遊具づくり	○	24
	キャンプファイヤー	楽しい思い出づくり	○	24
	キャンドルサービス（館内実施可）	ろうそくを用いたセレモニー	○	25
仲間 づく り 活 動	立山ジョイフレンド（館内実施可）	人間関係づくりプログラム		26~29
	ポイントさがし	オリエンテーリング		30
	森の宝さがしビンゴゲーム	自然の中でビンゴゲーム		30
学 習	大日の森 植物探検	葉をヒントに植物探し		31
	夜空の観察（要講師依頼）	天体観測とプラネタリウム	○	31

	活 動 名	ポ イ ント	要注文	頁
炊 事 活 動	野外炊事	大自然の中でクッキング	○	32
	ピザづくり	おすすめの炊事メニュー	○	32
	うどんづくり	上級者向け炊事メニュー	○	33
	火おこし体験	まいざり式火おこし器にて	○	33
創 作 活 動	焼 板	思い出をかたちに	○	34
	マイフォーク・スプーンづくり	見つけた枝を柄として加工	○	34
	メッセージカードづくり	お手軽紙すき体験	○	35
	木の葉のしおりづくり	花や葉をシート加工		35
雪 上 活 動	しりすべり	ビニールシートを用いて		36
	チューブそりすべり	幼児から大人まで大人気		36
	かんじき・スノーシューハイク	降り積もった雪の上を颯爽と		37
	クロスカントリースキー	歩くスキーを体験		37
	アルペンスキー	近隣スキー場まで車で 20 分		38
	雪の造形活動	雪と想像力で色々な表現を		38
	かまくらづくり	積み上げた雪に穴を掘る		39
	イグルーづくり	雪のブロックを組んで建造		39
館 内 プ ロ グ ラ ム	館内オリエンテーリング	館内で隠された記号を探す		40
	ビジュアル館内オリエンテーリング	館内でキーワードを探す		40
	立山遊びリンピック	荒天時のプログラムとして		41
	ボッチャ・立少ボッチャ	パラリンピックスポーツに挑戦		42
	カブラ	積み木で創作活動		42
	自然の家たんけんゲーム	館内でイラストさがし		43
	立少たんけんパズルゲーム	協力してパズルを完成させる		43

館内オリエンテーリング

ねらい

仲間と館内に隠されたポイントを探すことで協力性を養い、相談しながら問題を解くことで、コミュニケーション能力を養う。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	2 時間	対 象	小学校中学年～
当施設が貸し出せるもの	館内地図、チェックカード、解答表、記録表、セロテープ、生活科バッグ、ポイントマーク（16 ポイントまたは 25 ポイント）		
各団体で持参するもの	筆記用具		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) ポイントは指導者が事前に館内に設置し、回収時に忘れないよう館内地図にメモを残しておくこと。
- (2) ゲームでは立ち入り禁止の場所があるため、スタート前に班に周知すること。
- (3) 班でまとまって行動すること。

ビジュアル館内オリエンテーリング

仲間と写真の場所を探すことで協力性を養い、相談しながら問題を解くことで、コミュニケーション能力を養う。

期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	1.5 時間	対 象	幼 児～小学校低学年
当施設が貸し出せるもの	館内地図、解答用紙、オリエンテーリングカード、解答表、キーワードカード、金のトントン（最終問題）、生活科バッグ		
各団体で持参するもの	筆記用具		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) ゲームでは立ち入り禁止の場所があるため、スタート前に班に周知すること。
- (2) 班でまとまって行動すること。

立山遊びリンピック

ねらい

遊びリンピック種目を班で競争しながら行い、仲間と協力することの大切さ協調性、達成感や一体感を味わう。

期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	30 分～3 時間（各種目 30 分程度）	対 象	小学校中学年～
当施設が貸し出せるもの	各競技用品、ストップウォッチ、各競技説明書		
各団体で持参するもの	② 新聞紙タワー：新聞紙、セロハンテープ、ごみ袋		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 下記の 6 つの種目から実施時間に合わせて活動を組み合わせる。
- (2) 各種目には指導者が付き、活動の支援を行うこと。

競技種目

① パイプライン（グループ）

一人 1 本パイプ（半筒）を持ち、グループでレール（ライン）を作る。ラインの端からピンポン玉を転がす。球が通過した人はレーンの逆側に回り、別に定めたゴールを目指す。

② 新聞紙タワー（グループ）

制限時間内に全グループ同じ毎数量の新聞紙を用いてタワーを作り、その高さを競う。
新聞紙以外で使ってよいものはセロハンテープのみ。

③ どんぐり箸移し（個人）

皿に入ったどんぐりを、箸で別の皿に移し替えるのにかかる時間を競う。

④ 羽子板ラリー（ペア）

制限時間内を設け、羽子板でのラリーの回数を競う。

⑤ ドミノ倒し（グループ）

木の板を使ってドミノ倒しをする。

⑥ わりばしダーツ（個人）

胸の高さからペットボトルの口にわりばしを落とし、入った数を競う。

ボッチャ・立少ボッチャ

ねらい

パラリンピック種目の「ボッチャ」や簡易ルールの「立少ボッチャ」に慣れ親しみ、仲間との協調性が養われる。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	1 時間～	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	ボッチャセット（4セットあり）		
各団体で持参するもの			
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 危険な投げ方等しないよう、指導者が留意すること。
- (2) 簡易ルールの「立少ボッチャ」については活動資料集参照

カプラ

ねらい

積み木（カプラ）を用いて、個人や班で自由に創作し、充実感や達成感を味わう。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	30分～	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	カプラ		
各団体で持参するもの			
注文品	なし		

自然の家たんけんゲーム

ねらい

館内に掲示してある動物のイラストを班で協力して探すことで、仲間との協調性を養い、達成感を味わう。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	30分～1時間	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	ゲーム用紙、生活科バッグ		
各団体で持参するもの	筆記用具		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 他団体が使用している研修室内等には立ち入らないよう注意すること

立少たんけんパズルゲーム

ねらい

館内に配置したパズルのピースを班で協力して探し、パズルを完成させることで仲間との協調性を養い、達成感を味わう。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	30分～1時間	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	・パズルピース・はさみ ※12、20、30、42ピースから選んでください。 ※パズルはお持ち帰りください。		
各団体で持参するもの	なし		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 事前にパズルピースをはさみでカットして館内に配置する。
- (2) ルールは団体で工夫し事前指導を行う。