

# 体験学習・環境教育プログラム

—課題の発見・解決に向けた主体的・協働的な学びのご提案—



## <活動理念>

森とつながり、森とともに  
生きることでできる人を育てる

「森でつながるいのちのわ」

森でいのちの息吹を感じた春。  
仲間と遊びつくした夏。  
森の恵みをほおぼった秋。  
雪の上を駆けまわった冬。  
カラダが記憶する森の凹凸は、成長という“実り”の栄養に。  
空気や水は森で生まれ、森の恵みは暮らしを彩ります。  
自然のおもしろさは、暮らしとつながるふところの深さです。  
だからこそ、カラダまるごと付き合いたいのです。  
五感を研ぎ澄まし、森で過ごした時間の中に、  
楽しい暮らしをつむぎ出すヒントがあるはず。  
私たちは、あなたと森をつなげます。  
大人も子どもも、みんなで森で遊びましょう！  
森とあなたのまん中にやまぼうし自然学校がいます。

特定非営利活動法人

やまぼうし自然学校

〒386-2204 長野県上田市菅平高原 1223-5751

TEL 0268-74-2735 FAX 0268-74-2795

Email contact@yamaboushi.org URL https://yamaboushi.org

## 体験学習モデルプラン

～アクティブラーニング～

### 1泊2日プラン

1日目 午後 観察研究プログラム in  
↓ 発展  
2日目 午前 里山体験プログラム about for  
OR  
ネイチャークラフト OR スローフードプログラム

### 2泊3日プラン

1日目 午後 ゲームプログラム 協力 チームワーク  
夜 星空観察  
2日目 午前 観察研究プログラム  
午後 里山体験 OR スローフードプログラム  
3日目 午前 ネイチャークラフトプログラム

### 3泊4日プラン

1日目 午後 観察研究プログラム  
2日目 全日 チャレンジプログラム 登山  
3日目 午前 里山スローフードプログラム  
午後 里山体験プログラム  
4日目 午前 ネイチャークラフトプログラム



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標



### <観察研究プログラム>

森をじっくり観察し、五感で森に親しむプログラムです。土壌、樹木や野鳥などの観察と同時に、それらをはぐくむ森へと目を向け、自然環境と生き物のつながりを理解します。さらに、私たちの生活と森との結びつきを考え、森を身近な存在として捉える視点を養います。

### <ネイチャークラフトプログラム>

自然の素材を用い、作品を手作りすることで、森の恵みに触れることができるプログラムです。日常生活で思い出に触れ、また個性あふれる作品を並べれば、クラスや学校の活動発表の素材となります。雨天プログラムとしてもご利用いただけます。

### <里山体験プログラム>

里山暮らしの一部を再現するプログラムです。多様な生き物が暮らす環境を維持するための、厳しくも楽しい“仕事”や“森遊び”を通して、自然との上手な付き合い方を学びます。自分たちの生活を省みる機会となるプログラムです。

### <里山スローフードプログラム>

森の恵みの数々を、料理の燃料や保存食としての利用方法などに着目し、エネルギーとしての食を考えながら味わうプログラムです。人が育ててきた知恵が息づく食文化をゆったりと楽しむとともに、普段の食生活を省みる機会となるプログラムです。

### <チャレンジプログラム>

アップダウンのある山道を歩いたり、滝や木の幹を乗り越えてこそ味わえる自然を体験するプログラムです。美しさと厳しさが同居する自然の中でのチャレンジを通し、達成感を自信につなげ、自分の心の動きを見つめ直す機会となるプログラムです。

### <ゲームプログラム>

仲間との協力が欠かせないゲーム、自然の仕組みを理解するゲームなど、仲間づくりやクラス作りに適したプログラムです。屋内でも実施できるため、雨天プログラムとしてもお勧めです。

### <スノープログラム>

雪や寒さを利用した体験を通し、冬の自然にどっぷり浸ることができるプログラムです。静かな森で生き物の息づかいを感じ、空からの恵みを利用した知恵が詰まった遊びを体験することができます。



アクティビティ名  
所要時間/最小催行人数

※ スノープログラム(冬季限定)

# 【体験学習・環境教育プログラム】

## 観察研究プログラム



バードウォッチング  
2.5時間~/15名



ネイチャートレイル  
2.5時間~/15名



☺ 雪の森ネイチャートレイル  
2.5時間~/15名



森の土壌調査  
2.5時間~/15名



子ども樹木博士  
2.5時間~/15名



水棲生物調査  
2.5時間~/15名

## ネイチャークラフトプログラム



森のキーホルダー  
1.5時間~/30名



ドリームキャッチャー  
2時間~/30名



クルミのストラップ  
2時間~/30名



ウッドパッチワーク  
1時間~/30名



三つ編みミサンガ  
(小学生向け)  
1時間~/30名



ヘンピサンガ  
(中・高校生向け)  
1.5時間~/30名



ウッドクラフト  
2.5時間~/30名



かご編みは  
2017年で  
終了しました



アロマハンド  
クリームづくり  
1.5時間~/30名



小枝のストラップ  
1.5時間~/30名



## 里山体験プログラム



森遊び  
2.5時間~/20名



溪流釣り  
(解禁期間のみ)  
2.5時間~/8名



森づくり体験  
2.5時間~/15名



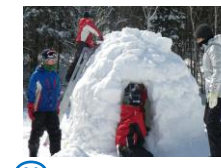
ティピー作り  
& 森のティータイム  
3時間~/20名



炭焼き体験  
3時間~/40名



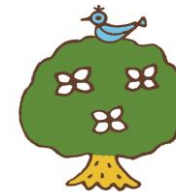
沢歩き  
2.5時間~/20名



☺ イグルー作り  
4時間~/15名



講話  
30分~



## 里山スローフードプログラム



青竹クーヘンづくり  
2.5時間~/30名



燻製づくり  
2.5時間~/30名



森の恵みウーキング  
(山菜とり)※春期のみ  
2.5時間~/30名



マイギリ式火おこし  
& 窯ピザづくり  
2.5時間~/30名



マイギリ式火おこし  
& 青竹パンづくり  
2.5時間~/30名



りんごジャムづくり  
2.5時間~/30名  
(室内のみ)



おやきづくり  
2.5時間~/30名  
(室内のみ)



デイキャンプ  
4.5時間~/30名



## チャレンジプログラム



登山  
実施場所ごと/30名



ハイキング  
2.5時間~/20名



☺ スノーシューハイキング  
2.5時間~/15名

## ゲームプログラム



オリエンテーリング  
2時間~/30名



チャレンジワークショップ  
2時間~/20名



☺ 雪合戦  
2時間~/15名

## ノンスキープログラム(少人数対応)

### スキーをされない生徒様向け ネイチャークラフトプログラム

お一人様より対応  
(りんごジャムは5名様以上・アロマは3~5名限定)  
所用時間:1.5時間~ 料金 3,000円/人  
会場:やまぼうし自然学校事務所



ドリームキャッチャー



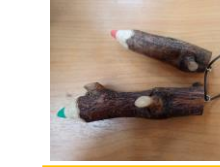
クルミのストラップ



森のキーホルダー



ヘンピサンガ



小枝のストラップ



アロマハンド  
クリームづくり  
(3~5名限定)



かご編みは  
2017年で  
終了しました



りんごジャムづくり  
(5名以上)

りんごジャムは食材がある時のみ対応いたします。  
事前確認が必要です。  
また当日のキャンセルもできません。