

(1) PA (プロジェクト・アドベンチャー) とは？

体験を通して「**自分への自信をもつこと**」と「**友達を信頼すること**」を学ぶ活動

ペア～小グループ～グループ全体での遊びや冒険活動を通じて、わくわくドキドキするチャレンジ、仲間との協力、葛藤、チームワーク、課題解決の達成感などを体験することで、「自分って結構いいところあるな!」という**ポジティブな自己認識**や「自分たちのクラスってやればできるんだ!」という**仲間との信頼関係**を築くことを目的としたプログラムです。

(2) PAプログラムの中では・・・

- ①集団の規範づくりは子どもたちに委ねられ、自分たちのつくった規範をもとにした行動が自然と求められていきます。
- ②居心地の良い集団は、周りから与えられるものではなく、一人一人が責任を自覚し行動することで成り立つことを学んでいきます。
- ③心理的に安心できる環境で気持ちがオープンになり、多くのことを吸収することができます。

(3) 秋田県のPA

平成14年、PAプログラムを学校教育や社会教育の現場で利用してもらうために県内3つの少年自然の家に用具設備が設置されました。毎年、3施設職員による合同研修会が開かれ、プログラム実施のスキルを磨いています。

PAの3つの基本理念

学習指導要領でねらう「生きる力」の育成に適した活動です。課題に対して仲間とのコミュニケーションをとりながらみんなで解決していきます。道徳や学級活動はもちろん、体育の「体ほぐしの運動」などとも関連づけることも可能です。学級開きの際に行う学校や、かつて研究指定校として毎月一回定期的にも実施した学校もありました。

その他チームワークを良くするために、サッカー等のプロチームの合宿や企業研修としても活用されています。

★フルバリューコントラクト (FVC)

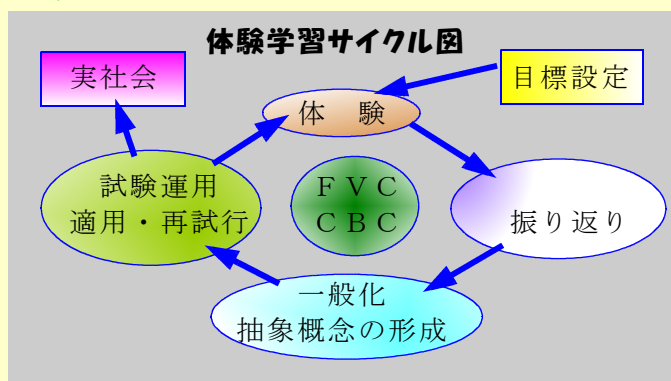
お互いの人格を最大限に尊重したり、お互いの努力を最大限に評価したりする（責めない・ばかにしない・認め合うなどの意識）。この約束事を「ピーイング」という方法で表現し、集団内の規律として全員で共有する。

★チャレンジバイチョイス (CBC)

強制されるのではなく、自分で決めて行動する。「やらない」という選択肢も尊重する。途中で投げ出してよいということではない。

★体験学習サイクル

PAをやってみて感じたことなどを話し合い、自他の良さや他人との関係に気づいていく。その気づきが意識化され、その後の行動に反映されていく。



(4) PAプログラムの活動段階

1 緊張を解く

簡単なゲームを通して、メンバーが知り合い、居心地良く感じ始める。

2 抑制を解く

低いレベルのリスクに挑戦する活動を通して、人前で失敗したり少し恥ずかしいことをしたりしても平気に感じ始める。

3 人間関係を円滑にする

自分の意見や感情を言葉や動作で伝える活動を通して、表現力が高まる。

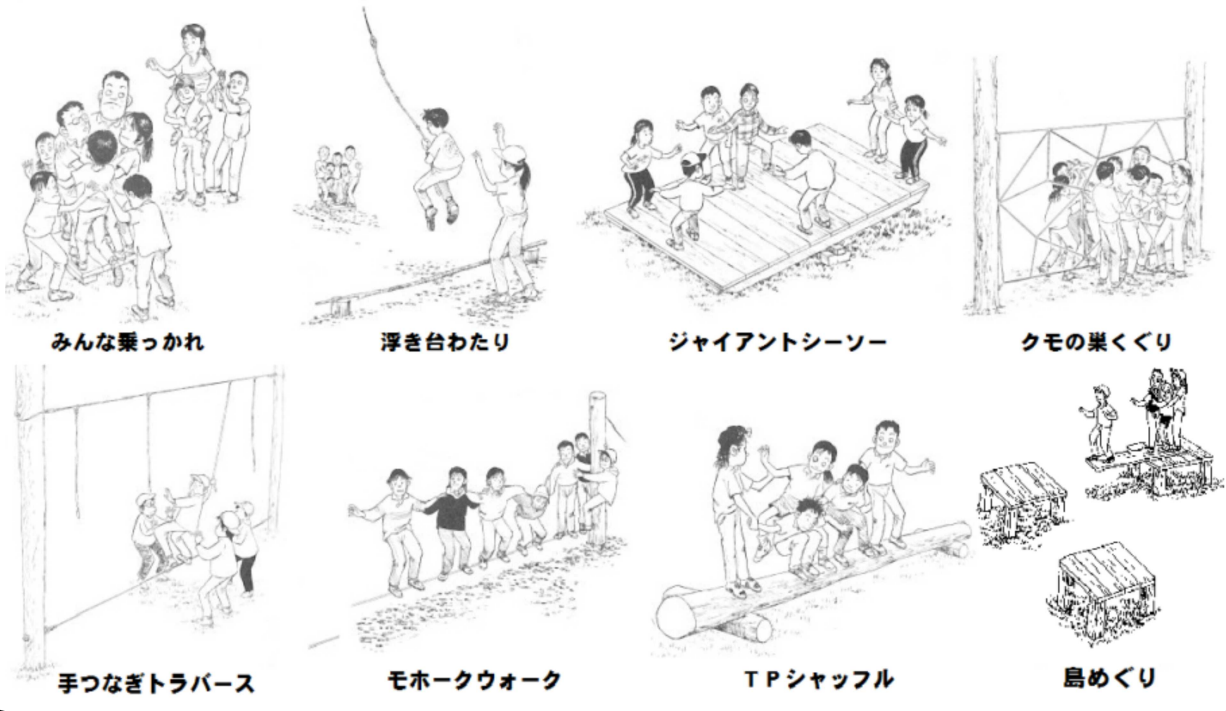
4 課題解決に取り組む

様々なレベルの問題を試行錯誤しながら解決しようとする活動を通して、効果的なコミュニケーションをとり協力し合うようになる。

5 信頼関係を構築する

身体的、心理的にリスクのある活動を通して、ポジティブな自己認識と仲間との信頼関係を実感する。

わんパーク大館にあるエレメント（プログラムを進めるための体験器具）



<Q&A>

Q 利用に適した学年や人数はありますか？

A 小学校低学年でも、目標レベルを調整して可能です。ただし、エレメントを使う場合は小学校中学年以上が望ましいです。1グループ15人程度が理想的です。30人をこえる場合は2グループに分かれて、グループごとに活動することもあります。

Q 活動時間はどれくらいでしょうか？

A 最低3時間は必要です。エレメント後の振り返り（話し合い）が大切になります。野外での移動時間を考えると、3時間以上をおすすめします。

Q 危険ではないですか？

A エレメントは定期的な点検をしております。職員の指示を守ってもらえれば、安全に実施できます。当所では平成14年の導入以来、大きなケガは一度もありません。