

高校（1年生）

10月

支えられることの実感

視覚を遮断することによって生じる不安感と支援されることの安心感を味わう。同じように誘導しても、ちょっとしたことで不安になったり、安心できたりすることを表現し合う。

活動の実際

＜AHA体験＞ イメージ	
準備物	A4用紙、ペン、課題
活動内容	支援及び留意点
①全員に一枚ずつ用紙を配る。 ②リーダーが後ろ向きで課題を見て、説明する。 ③他のメンバーは説明に従って、用紙に図形を描いていく。 ④リーダーが課題を発表し、できばえを見せ合う。	<input type="checkbox"/> 課題を見ないようにする。 <input type="checkbox"/> 質問はできない。チャンスは一度だけ。
＜発展＞ <input type="checkbox"/> 課題をリーダーが決めて行う。 <input type="checkbox"/> 質問ありとする。	
＜ふりかえりの視点＞ <input type="checkbox"/> 同じイメージの人がいた時、どう感じた？ <input type="checkbox"/> 他の人と比べた時、気がついたことは？	
＜比喩（メタファー）＞ <input type="checkbox"/> 聴覚によるお互いのイメージの違いを認め合うこと。	

ペアウォーク	
準備物	なし
活動内容	支援及び留意点
①2人組になり、1人が目をつぶり、他の者が目的地まで連れて行く。 ③連れて行く方法は2人で話し合って決める。 ④一定距離で役割を交替し、意見交換する。	<input type="checkbox"/> 必要なら、目隠しを用意する。 <input type="checkbox"/> 状況によっては、連れて行く方法を指示する。 <input type="checkbox"/> 活動場所を移動する際、時間を有効に活用することができる。
＜発展＞ <input type="checkbox"/> →シェルパウオーク	
＜ふりかえりの視点＞ <input type="checkbox"/> 途中で危険を感じなかった？ <input type="checkbox"/> 自分なりにチャレンジできた？	



目隠し鬼	
準備物	マスコット

活 動 内 容	支援及び留意点
① 2人組で一列になる。この隊形をを常に保つ。 ② 前の者は目をつぶり、両手を小さく前に向ける。 ③ 後の者は声だけで前の者を誘導する。 ④ 1組が鬼になり、前の者がマスコットを持つ。 ⑤ マスコットを持っている者にタッチされたら、鬼になる。	○非常に危険なので、走ったりバックしてはいけない。 ○活動の範囲を決める。 ○障害物にぶつからないよう最新の注意を払う。 ○グループの状況によっては、手をつなぐ、肩を持つなどする。 ○どちらがタッチされても、鬼を代わる。
<発展> ○鬼は「コケッ、コケッ」「おに、おに」などと叫びながら追いかける。 ○鬼の数を増やす。	
<ふりかえりの視点> ○後ろの人の声で、安心して活動できた？ ○何が難しいと感じた？	



ゾンビ	
準備物	なし
活 動 内 容	支援及び留意点
① 全員が目をつぶり、バンパー（胸の前で掌を前に向ける）を作って動き回る。 ② 誰かにふれたら両手を合わせ、ゾンビだけが「ギャー」と叫ぶ。 ③ ゾンビと手があったらゾンビになるが、ゾンビ同士なら双方人間に戻る。人間同士なら変化無し。 ④ これを繰り返す。	○叫び声の大きさによって、緊張がどの程度ほぐれたかを見ることができる。 ○かなり恥ずかしさを伴うので、効果が期待できるかどうかを事前によく検討する。
<発展> ○ゾンビ以外のキャラクターを使う。	
<ふりかえりの視点> ○独特の緊張感を味わえた？ ○恥ずかしがらずに、思い切り叫べた？	



ブラインド・ラインナップ			
ねらい	事前の作戦や打ち合わせが大切であることを認識する。		
課 題	全員が目をつぶり、黙ったまま番号順に並ぶこと。		
年 齢	小学4年以上	人 数	10～30人
活 動 内 容	支援及び留意点		
① 目を開けてはいけない。 ② しゃべらない。 ③ 合図で番号順に並ぶ。	○混乱してきたら、作戦を立て直す。 ○ブラインド系の活動を事前にやっておくことが望ましい。 ○目を閉じる、ものを言わない等ルールの確認はグループに任せる。		
<ふりかえりの視点> ○初めの段階で、できると思った？ ○課題を達成するために何が大事と思った？			