

# 「カプラ研修」実施要領

国立江田島青少年交流の家

## 1 内容

グループで協力して「高く積み上げる活動」や「自分たちの未来の町」を創る創作活動、全員で協力して創る「かまくら」「ナイアガラの滝」等の活動がある。  
プログラムとプログラムの間など短い時間を利用して充分楽しむことができる。

## 2 ねらい

- ・課題に対して仲間と共に取り組むことで、主体性や他者理解・協力などの協調性を育み、チームワークの形成を図る。
- ・仲間と相談しながら創作活動に取り組むことで、創造性を養い、作品を作り上げる達成感を味わう。

## 3 対象者

小学生以上とする。ただし、保護者または引率者と組んで活動する場合にはこの限りではない。

## 4 人数

場所	人数	箱数
海洋科学室	40人	8
講堂	150人	19
体育館	200人	24
武道館	80人	12

※ 少人数であれば、研修室等でも可能

## 5 実施時期、時間

- (1) 実施時期 通年
- (2) 研修時間 9時00分～12時00分  
13時30分～16時30分 18時00分～21時00分

## 6 指導

団体で行う。

## 7 展開

- (1) 「物品利用希望書」の提出

必要事項を記入し、団体が入所時に交流の家へ提出する。

- ・団体の代表者は、使用するだけのカプラを保管場所から移動する。
- ・ねらいを確認した後で、グループ分け（6～10名程度）をし、グループの活動場所を知らせる。

- (2) 研修の実際（活動例）

【高さ比べ】（所要時間 30分程度）

- ① 作戦タイム（1～2分）
  - ② 時間（5分～10分）を決めて、グループで競争させる。
  - ③ ふりかえり
- ※ 1回目の反省を踏まえ、2回目を行うとさらに仲間意識が高まる。

【「未来の町」を創ってみよう。】（所要時間 60分程度）

- ① グループごとにテーマを決める。（遊園地、学校、ショッピングモール、高層ビルなど）（10分）
- ② 作品づくり（30分）
- ③ 道や橋でテーマごとのゾーンをつなげ、町を完成させる。（10分）
- ④ ふりかえり

【「ナイアガラの滝」を全員で創ってみよう。】（30分程度）

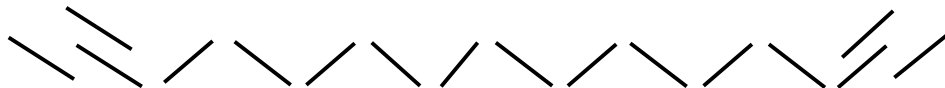
- ① 説明を聞く。（5分）
- ② 作成する。（20分）
- ③ 「ナイアガラの滝」をくずす。（滝のようにくずれます。）（5分）



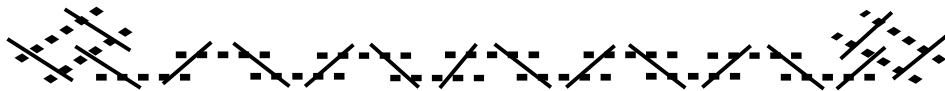
## ナイアガラの滝の作り方

### カプラ1段目・2段目の作り方

#### 一段目



#### 二段目



ポイント① 初めてナイアガラの滝を作る時は、2段目まではスタッフが作っておくと、参加者は真似をして置いていただけなので、安心して積める。(1段目、2段目を交互に繰り返して積んでいきます。)

ポイント② ひざの高さぐらいまで積んだら、立ち上がって上からのぞき込みながら、まっすぐ積むようにする。(座ったまま積むと、傾いて崩れやすくなるので気をつける。)  
※床にテープなどを張って、そのうえに積むようにしても真っ直ぐ積めます。

ポイント③ 崩すときは、一番端の井桁(いげた)の下を、「ドカーン」と手の平で思い切り払うと良い。



みんなで協力して完成すると一体感が生まれる。



崩す時は、井桁(いげた)の下を思い切り払う。崩す時もハラハラドキドキ!!



ゆっくりと滝のように崩れていく。全てきれいに崩れると自然と拍手が起こる。

詳しくは、  
カプラジャパン公式ホームページへ

#### (4) 事後指導

- ・ふりかえりを行い、ねらいが達成されたかどうかを話し合う。
- ・協力して片付けを行う。少し揺すりながら入れると1000枚入り、ふたを閉めることができる。
- ・カプラの箱を片付ける。
- ・会場のゴミ拾いなどの掃除をする。

## 8 連絡先

電話番号  
国立江田島青少年交流の家 Tel 0823-42-0660  
0823-42-0661