

# 「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。

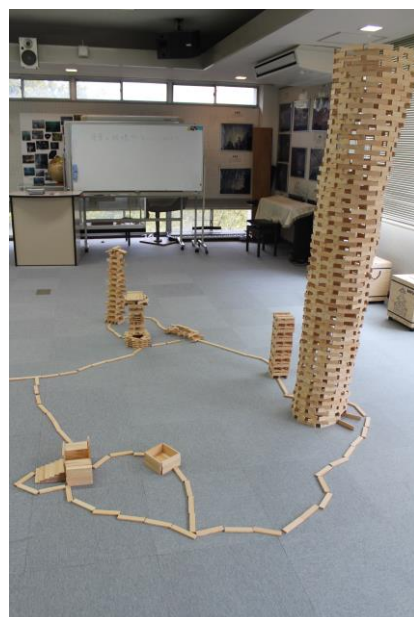
## 3 対象者

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（目安）	箱数
海洋科学室	～40人程度	8
講堂	～150人程度	19
体育館	～200人程度	24
武道館	～80人程度	12

※少人数であれば、研修室等でも実施可能



## 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 17時30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

団体は必要事項を記入し、入所日の10日前までに交流の家に提出する。

- ・団体の代表者は、使用する分のカプラを保管場所から移動する。
- ・カプラの箱を移動させる場合、取っ手の紐を持つと外れるので、箱そのものを持って運ぶ。
- ・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

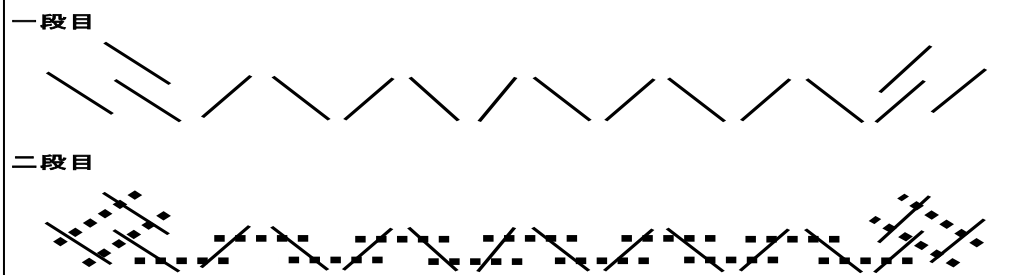
【「ナイアガラの滝」を全員で創ってみよう。】（30分程度）

- 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



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く。)

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る。

ポイント③ 崩すときは、一番端の井桁(いげた)の下を、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。

参考：[カプラジャパン](#)

#### (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

江田島青少年交流の家

電話番号

0823-42-0660 (代表)

0823-42-0661 (プログラム担当係)