《なす高原自然の家のプログラム》

スノーシューハイキング

時　期	冬
時　間	1～2時間
場　所	自然の家周辺

○スノーシューを装着して，自然の家周辺をハイキングしながら自然に親しむとともに，植物や動物の足跡など観察する。

ねらい

親しむ
・身近な自然に積極的に触れようとする態度を育てる。

知　る
・自然の美しさに対する豊かな感性を育てる。
・厳しい環境の中でも，動植物は生きているということを知る。

活動展開例

準備物	・スノーシュー　・防寒着　・動物の足跡が印刷されたプリント　・デジタルカメラ ・虫眼鏡と黒い画用紙		
展開	時　間	活　動　内　容	留　意　点
	10分	○スノーシューを装着し準備運動をする。	・歩いている途中，外れないようにしっかり着けさせる。 ・準備運動を十分させる。
	30分	○雪に親しむ。 ・歩く ・鬼ごっこ ・足跡や人型を雪上に残す　等	・雪の浮遊感を感じながら歩く。 ・いろいろなポーズをとって，そのまま雪の上に倒れる。 ※指導者が手本を示す。
	40分	○動物の足跡を探す。 ・ウサギ ・キツネ ・タヌキ ・テン　　等	・足跡を見つけたら，何の動物の足跡なのかプリントで調べる。 ・デジタルカメラで撮影をしておくのもよい。
	10分	○雪の結晶や植物の観察をする。	・木の枝に新しい芽があることを確認する。

中学年

高学年

活用ガイド

○活動の様子

雪の下にも春があるかも。
（雪を掘って地面の様子を観察）

雪の結晶も観察できます。

中学年

高学年

○遊び方

・新雪の上を歩くと浮遊感を感じることができます。コースから外れてもいいので，できるだけ自由に雪の上を歩きます。
・鬼ごっこは，スノーシューを着けたまま実施するので，普段雪のない校庭などとの違いを感じながら楽しむことができます。
・足跡や人型は，まだ誰も歩いていない新雪で実施します。倒れるときは，まわりに大きな石や木の枝がないことを確かめてから，勢いよく倒れます。

○ワンポイントアドバイス

スノーシューハイキングという活動自体が珍しいので，それだけでも十分ですが，さらに雪に親しむ活動を加えることで広がりをもたせることができます。

普段なかなか目にすることのない動物の足跡などは，興味をもって観察することができ，冬でも冬眠せずに活動している動物がいることを実感できます。

なお，実施にあたっては，防寒対策を十分にして活動に臨みましょう。

○活動にあたって参考となる文献

○今泉　忠明　「アニマルトラック＆バードトラックハンドブックー野山で見つけよう動物の足跡ー」
自由国民社（2006）