

(4) 学校教育課－⑨

『冒険活動教室が児童生徒の自己肯定感に及ぼす効果』について

1 調査目的

教育再生実行会議第十次提言（平成29年）において、子供たちの自己肯定感[※]の低い状況の改善が重要であるとされ、子供たちの自己肯定感を育むための1つの方策として「青少年教育施設などの地域資源の活用や、民間機関等との連携による体験活動の積極的推進」が挙げられている。

そこで、冒険活動教室が本市の児童生徒の自己肯定感に与える影響を明らかにすることにより、自己肯定感を育む教育活動の充実と効果的な冒険活動教室実施の一助となるようにする。

※ 自己肯定感とは：自己評価を行う際に、自分の良さを肯定的に認める感情

2 調査概要

児童生徒のアンケート調査に基づき冒険活動教室の満足度、自己肯定感の変容を測定、分析することにより、冒険活動教室の教育的効果を明らかにする。なお、本調査は、宇都宮大学石川隆行准教授に指導助言を仰ぎ実施した。

(1) 方法

4件法による「冒険活動教室アンケート調査」

体験活動の事前と事後。調査時間：10～15分程度

「とても思う」「とてもあてはまる」 4点

「すこし思う」「すこしあてはまる」 3点

「あまり思わない」「あまりあてはまらない」 2点

「まったく思わない」「まったくあてはまらない」 1点

(2) 対象

冒険活動教室に参加した児童生徒（※ともに各学校1学級抽出）

(3) 項目

① 冒険活動教室の期待度・満足度（4項目）

② 自己肯定感に関すること（13項目）

③ 学習指導要領で掲げられている「対話的な学び」の基礎となる部分に関する
こと（4項目）

④ 印象に残っている活動に関すること（1項目）

(4) 調査計画

令和3年度 アンケート調査用紙作成

冒険活動教室に参加した中学校3校86名、小学校1校98名を
対象とし、予備調査を実施

令和4年度 アンケート調査開始（1年目）

令和5年度 ・調査2年目

・令和4年度まとめ（冒険活動教室と自己肯定感の変容について）

令和6年度 ・令和5年度まとめ（冒険活動教室における体験活動と自己肯定
感の相関について）

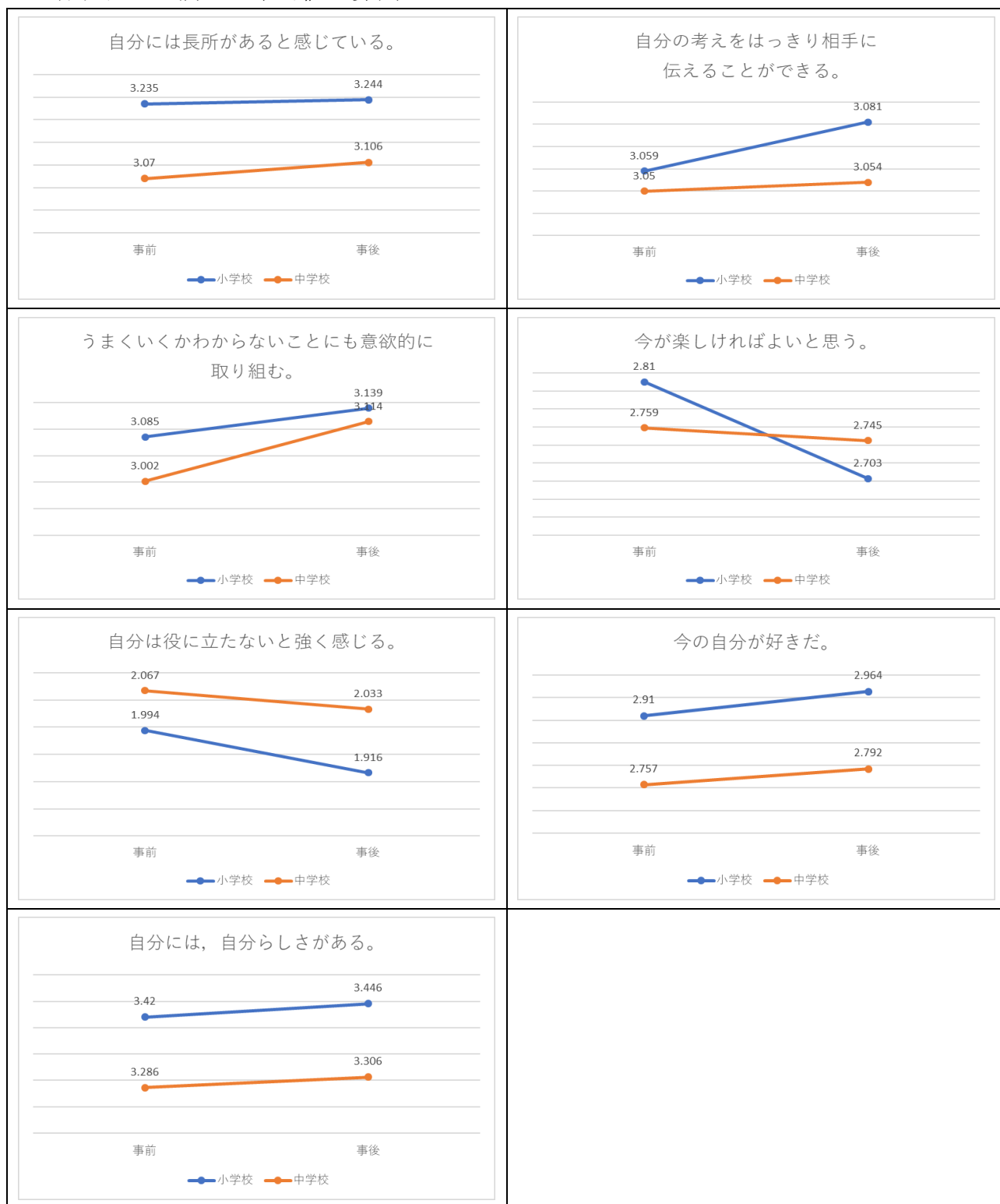
・調査研究のまとめ

(4) 学校教育課－⑨

3 令和5年度調査結果

【自己肯定感の変容】

＜各項目 4 点満点の平均値を算出＞

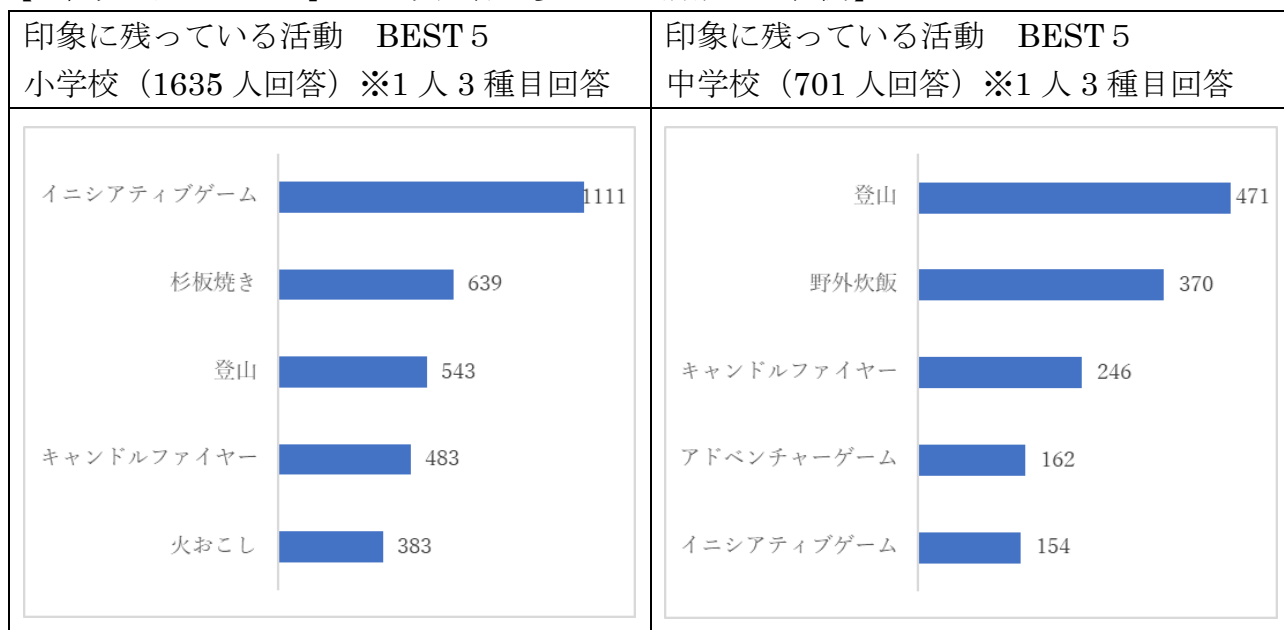


上記の7項目において、事前から事後について得点が上昇（下降）している。

特に、小中学生における「うまくいくかわからないことにも意欲的に取り組む。」と小学生における「今が楽しければよいと思う。」「自分は役に立たないと強く感じる。」「今の自分が好きだ。」においては、統計的な検定から変容に意味があると認められる結果となった。（ t （自由度）＝ $p < .05$ ）

(4) 学校教育課－⑨

【「印象に残っている」という回答の多かった活動との相関】

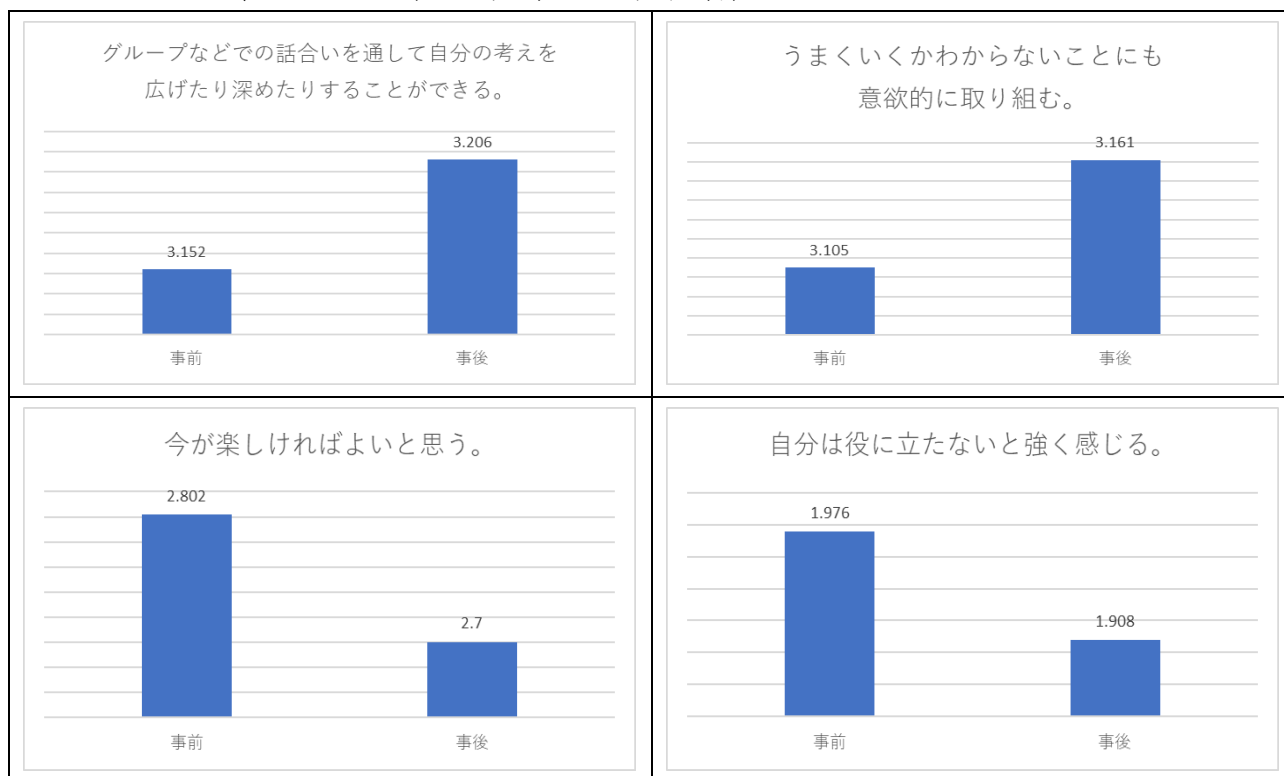


「印象に残っている」という回答の多かった主な活動は、小学校では、イニシアティブゲーム、杉板焼き、登山。中学校では、登山、野外炊飯、キャンドルファイヤーであった。

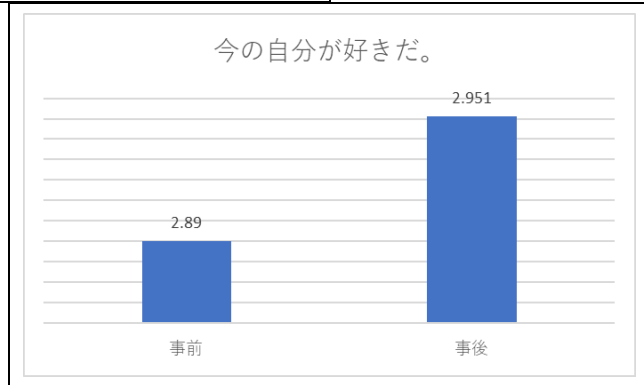
さらにその中で自己肯定感に関する変容が顕著だったものが、小学生のイニシアティブゲームと中学生の登山であった。

<小学校>

・イニシアティブゲーム（1635 人中 1111 人回答）



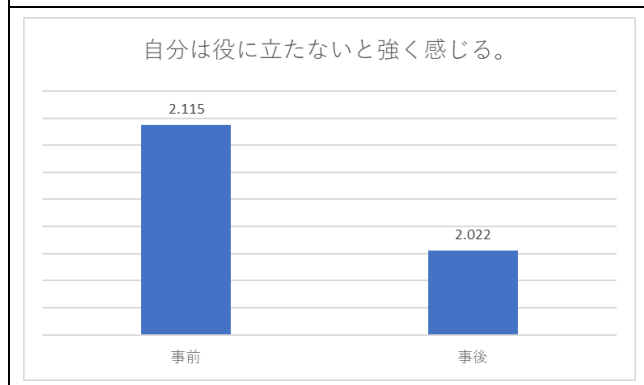
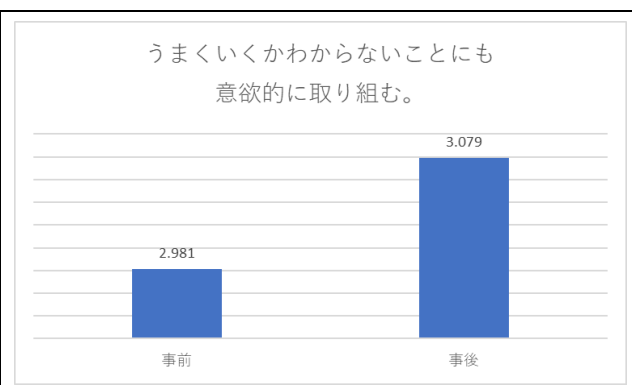
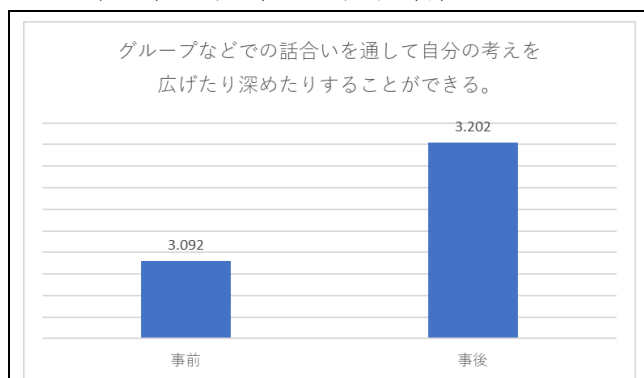
(4) 学校教育課－⑨



イニシアティブゲームを印象に残っている活動に選んだ児童は、上記の5項目において、事前から事後について得点が上昇（下降）し、統計的な検定から変容に意味があると認められる結果となった。（ t （自由度）＝ $p < .05$ ）

< 中学校 >

・登山（701人中471人回答）



登山を印象に残っている活動に選んだ生徒は、上記の3項目において、事前から事後について得点が上昇（下降）し、統計的な検定から変容に意味があると認められる結果となった。（ t （自由度）＝ $p < .05$ ）

(4) 学校教育課－⑨

4 本調査研究について

○ 冒険活動教室は児童生徒の自己肯定感の変容に効果がある

【自己肯定感の変容 R 4～R 5 の平均点】 4 点満点の平均値を算出



自己肯定感に関する項目 13 項目中 8 項目において、児童生徒の自己肯定感の変容が見られた。国立青少年教育機構の調査結果によれば、「自然体験が多い子どもほど、自己肯定感や探求心が身につく」という結果が出ているが、自然体験活動を主としている冒険活動教室としては、期待通りの変容である。

また、冒険活動センターが提供する活動と自己肯定感の変容に相関が見られた。これは、各活動に指導員を配置することでより充実した体験を提供している冒険活動教室に

(4) 学校教育課－⑨

とって、喜ばしい結果である。

特に、小学校ではイニシアティブゲームを印象に残った活動として選んだ児童の変容が、中学校では登山を印象に残った活動として選んだ生徒の変容が顕著であった。

イニシアティブゲームは、一人では解決できない課題(例：高さ3メートルの壁をグループ全員が乗り越える壁)を、グループのメンバーが一人一人の能力を出し合い協力しながら解決する活動である。課題解決方法に正解や間違いがあるわけではなく、ひとつひとつの課題にじっくりと取り組む。その過程で、コミュニケーションが活発になり、お互いを認め合う雰囲気が生まれる。その経験が、自己肯定感の変容につながったと考えられる。

登山は、山頂という明確なゴールがあり、山に登ることを目的としている。冒険活動センターが中学生に推奨している登山は「縦走登山」であり、所要時間は7時間を超えるコースもある。中学生にとっては、肉体的にも精神的にも一定の負荷がかかる活動である。自分自身の頑張りが結果に直結すること、互いに励ましたり、励まされたりと声を掛け合い、目標を達成したことで得られる成就感や達成感を共有すること、活動後の振り返りにより自分や他者と向き合う時間を通じて気づきを得られたことが、自己肯定感の変容につながったと考えられる。

5 よりよい冒険活動教室実施のために

市においては、平成8年から、以下の趣旨のもと冒険活動教室を実施し、様々な体験を学校に提供している。

里山の自然のなかで、子どもたちがゆとりある体験活動に取り組み、それにとともなうさまざまな困難を克服し、感動や成功感を味わい、自ら問題を解決する能力を養うとともに、豊かな心を育む。

「体験」には、「直接体験(対象となる実物に実際に直接かかわる体験)」「間接体験(インターネットやテレビ等を介して学びとる体験)」「擬似体験(シミュレーションや模型等を通じて擬似的に学ぶ体験)」があると考えられている。

間接体験や擬似体験が多くなった現代において、子どもの成長にとって重要視されるのは直接体験だと言われており、冒険活動教室は、まさに直接体験の場である。

本調査結果からもわかるように、課題に取り組む乗り越えることで得られる達成感や集団内の協力や摩擦の経験が自己肯定感を高める一助となると考えれば、冒険活動教室は、自己肯定感を育むために重要であり、教育に果たす役割は大きい。

参加校によっては、冒険活動教室を一過性の学校行事として終わらせず、特別活動や総合的な学習の時間等の年間指導計画に位置付けて目標(ねらい)を明確にしている学校もある。教育課程へ位置付けをすることにより、自然体験活動の教育効果をより高めることができることから、今後各学校における冒険活動教室実施にあたっては、学校の実情に応じ、「目標(ねらい)の設定」と「教育課程への位置付け」について、改めて検討をお願いしたい。

また、文部科学省、体験活動事例集―体験のススメ―では、児童生徒の自発性や自主性を生かすために、活動に余裕をもたせ、主体性を重んじることとして、活動内容をあまり

(4) 学校教育課－⑨

詰め込みすぎず，子どもたちが自分で考え，判断・選択し，行動できる時間をより確保するよう工夫したいと示している。

今後，児童生徒がじっくり自然や自分，他者と向き合う時間を設定した計画を作成することで，「自分ごと」として取り組むようになり，より子どもたちが自分で考え，判断・選択し，行動できる時間が増え，冒険活動教室の趣旨にもある「ゆとりある体験活動」となり，さらなる効果が期待できる。

よりよい冒険活動教室実施のためには，引率教員の主体的な関わりが重要となることから，各学校においては積極的な研修会への参加などにより，自然体験活動への理解を深めていただくとともに，センターとしても，引率教員の指導力向上にむけた支援を充実していく。

参考資料

- ・文部科学省ホームページ「学習指導要領『生きる力』等
- ・文部科学省「小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 総則編」東洋館出版（2018年）
- ・文部科学省「小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 特別活動編」東洋館出版（2018年）
- ・文部科学省「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 総則編」東山書房（2018年）
- ・文部科学省「中学校学習指導要領（平成29年告示）解説 特別活動編」東山書房（2018年）
- ・教育再生実行会議「自己肯定感を高め、自らの手で未来を切り拓く子供を育む教育の実現に向けた、学校、家庭、地域の教育力の向上」（第十次提言）（平成29年）
- ・国立教育政策研究所教育課程研究センター「みんなで、よりよい学級・学校生活をつくる特別活動 小学校編」WEB版（2018年）
- ・国立教育政策研究所教育課程研究センター「学級・学校文化を創る特別活動 中学校編」WEB版（2016年）
- ・国立青少年教育振興機構「はじめての集団宿泊体験活動①～③」文研出版（2018年）

【R 4 調査用紙】

★マークのしかた



令和4年度 冒険活動教室アンケート調査 【事後】

学校名 () 学校 出席番号 () 名前 ()

・これは、みなさんの気持ちについておたずねするアンケートです。
 ・個人のなことを質問していますが、冒険活動教室に参加した子どもたち全体について調べるものです。
 ・みなさんからいただいた個人情報是最重要（げんじゅう）に保護されます。

【アンケートの答え方】

○ 記入例を見て、正しく答えるようにしてください。

【記入例】

あてはまるところのマーク○をぬりつぶしてください。

☐ 空自マーク ☒ 正しいぬりつぶし ☐ 不十分なぬりつぶし

この用紙は機械で処理します。
 回答欄(らん)以外に書きこみをしたり、用紙をよごしたり、折り目を付けたりしないように注意してください。

○ 全ての質問に答えてください。答えにくいものは、自分の気持ちに一番近いものを選んでください。
 ○ どの質問にも、正しい答えはありません。質問を読んで、思ったままに答えるようにしてください。
 ※ アンケートは裏面(うらめん)にもあります。必ずすべて答えてください。

(1) あなたの性別を教えてください。

☐ 男
 ☐ 女

(2) 次のことについてあなたの考えを教えてください。

	あては まらない	どちらか いうとあて はまらない	どちらか というま あてはまる	あてはまる
1 先生や友だちの話を、最後まできちんと聞いている。	☐	☐	☐	☐
2 自分の考えを根拠（こんきょ）をあげながら話すことができる。	☐	☐	☐	☐
3 グループなどでの話合いに自分から進んで参加している。	☐	☐	☐	☐
4 グループなどでの話合いを通して自分の考えを広げたり深めたりすることが できる。	☐	☐	☐	☐

(3) 質問をよく読んで、自分の気持ちに近いものを選んでください。

	あては まらない	どちらか いうとあて はまらない	どちらか というま あてはまる	あてはまる
1 私は、自分自身に満足している。	☐	☐	☐	☐
2 自分には長所があると感じている。	☐	☐	☐	☐
3 自分の考えをはっきり相手に伝えることができる。	☐	☐	☐	☐
4 うまくいくかわからないことにも意欲的に取り組む。	☐	☐	☐	☐

1 / 2
 印刷用紙 表紙

★マークのしかた

	あては まらない	どちらか という方 は少ない	どちらか という方 は多い	あてはまる
5 今が楽しければよいと思う。	☐	☐	☐	☐
6 自分は役に立たないと強く感じる。	☐	☐	☐	☐
7 人は信用できないと思う。	☐	☐	☐	☐
8 学校の友だちが多い方だ。	☐	☐	☐	☐
9 学校以外の友だちが多い方だ。	☐	☐	☐	☐
10 勉強は得意な方だ。	☐	☐	☐	☐
11 今の自分が好きだ。	☐	☐	☐	☐
12 自分には、自分らしさがある。	☐	☐	☐	☐
13 体力には自信がある。	☐	☐	☐	☐

(4) 冒険活動教室についてあなたの考えを教えてください。

	あては まらない	どちらか という方 は少ない	どちらか という方 は多い	あてはまる
1 冒険活動教室にまだ行ってみたい。	☐	☐	☐	☐
2 冒険活動教室は楽しかった。	☐	☐	☐	☐
3 冒険活動教室で友だちの新たな一面を見つけた。	☐	☐	☐	☐
4 冒険活動教室でやったことや感じたことはためになった。	☐	☐	☐	☐

(5) 冒険活動教室で印象に残っている活動を次の中から1つ選んでください。

☐ 登山	☐ 大おこし	☐ ストレートハイク
☐ リポートレッキング	☐ ナイトハイク	☐ 基地づくりキャンプ
☐ クラミングウォール	☐ イニシティブゲーム	☐ ぼうけん木のぼり
☐ アドベンチャーゲーム	☐ カヌー	☐ つり
☐ マウンテンバイク	☐ 野外おやつづくり	☐ 野外炊飯
☐ ネイチャーゲーム	☐ ネイチャークラフト	☐ 杉板焼き
☐ 草木染め	☐ 園内観察系ゲーム	☐ 編み発見ラリー
☐ ニューススポーツ	☐ ディスカゴルフ	☐ キャンプファイヤー
☐ キャンドルファイヤー	☐ その他	

これで終わりです。ご協力ありがとうございました。

【このアンケートは、下記を参考に作成しています。】

- ・「我が国と諸外国の若者の意識に関する調査」（内閣府）
- ・「青少年の体験活動に関する実態調査」（国立青少年教育振興機構）
- ・「学習内容定着度調査 学習と生活についてのアンケート」（宇都宮市）

2 / 2
印刷用紙（表紙）

【R 5 調査用紙】

★マークのしかた

令和5年度 冒險活動教室アンケート調査 【事後】

学校名 () 学校 出席番号 () 名前 ()

- ・これは、みなさんの気持ちについておたずねするアンケートです。
- ・個人的なことを質問していますが、冒險活動教室に参加した子どもたち全体について調べるものです。
- ・みなさんからいただいた個人情報(年齢(げんじゅう))に保護されます。

【アンケートの答え方】

○ 記入例を見て、正しく答えるようにしてください。

【記入例】

あてはまるこのマーク ☐ をぬりつぶしてしてください。

☐ 空白マーク ☒ 正しいぬりつぶし ☐ 不十分なぬりつぶし

この用紙は機械で処理します。

回答欄(ら)以外に書きこみをしたり、用紙をよごしたり、折り目をついたりしないように注意してください。

○ 全ての質問に答えてください。答えにくいものは、自分の気持ちに一番近いものを選んでください。
○ どの質問にも、正しい答えはありません。質問を讀んで、思ったままに答えるようにしてください。
※ アンケートは匿名(りめい)にもあります。わずれず答えてください。

(1) あなたの性別を教えてください。

☐ 男 ☐ 女

(2) 次のことについてあなたの考えを教えてください。

		あては まらない	どちらか いうとあ てはまる	どちらか というよ うに あてはまる	あてはまる
1	先生や友だちの話を、最後まできちんと聞いている。	☐	☐	☐	☐
2	自分の考えを根拠(こんきょ)をあげながら話することができる。	☐	☐	☐	☐
3	グループなどでの話合いに自分から進んで参加している。	☐	☐	☐	☐
4	グループなどでの話合いを通して自分の考えを広げたり深めたりすることが できる。	☐	☐	☐	☐

(3) 質問をよく読んで、自分の気持ちに近いものを選んでください。

		あては まらない	どちらか いうとあ てはまる	どちらか というよ うに あてはまる	あてはまる
1	私は、自分自身に満足している。	☐	☐	☐	☐
2	自分には長所があると感じている。	☐	☐	☐	☐
3	自分の考えをはっきり相手に伝えることができる。	☐	☐	☐	☐
4	うまくいくかわからないことも重要な取り組む。	☐	☐	☐	☐

1 / 2
児童活動教室 事後

★マークのしかた

	あてはまる はい	どちらか のうしろを なぞらない	どちらか のうしろを あてはまる	あてはまる はい
5 今が楽しければよいと思う。	☐	☐	☐	☐
6 自分には合っていないと思う。	☐	☐	☐	☐
7 人は信用できないと思う。	☐	☐	☐	☐
8 学校の友だちが多い方だ。	☐	☐	☐	☐
9 学校以外の友だちが多い方だ。	☐	☐	☐	☐
10 勉強は得意な方だ。	☐	☐	☐	☐
11 今の自分が好きだ。	☐	☐	☐	☐
12 自分には、自分らしさがある。	☐	☐	☐	☐
13 体力には自信がある。	☐	☐	☐	☐

(4) 異校活動教室についてあなたの考えを述べてください。

	あてはまる はい	どちらか のうしろを なぞらない	どちらか のうしろを あてはまる	あてはまる はい
1 異校活動教室にまた行ってみた。	☐	☐	☐	☐
2 異校活動教室は楽しかった。	☐	☐	☐	☐
3 異校活動教室で友だちの新たな一面を見つけた。	☐	☐	☐	☐
4 異校活動教室でやったことや感じたことはためになった。	☐	☐	☐	☐

(5) 異校活動教室で印象に残っている活動を次の中から3つ選んでください。

☐ 登山	☐ 火おこし	☐ ストレートハイク
☐ リポートレッキング	☐ ナイトハイク	☐ 基地づくりキャンプ
☐ クライミングウォール	☐ イニシアティブゲーム	☐ ぼうけん本のぼり
☐ アドベンチャーゲーム	☐ カヌー	☐ つり
☐ マウンテンバイク	☐ 浮球おやつづくり	☐ 野外炊飯
☐ ナイチーカーゲーム	☐ ネイチーカーラフト	☐ 紙船遊び
☐ 草木染め	☐ 園内設備系ゲーム	☐ 稲作体験ラリー
☐ ニュースポーツ	☐ ディスクゴルフ	☐ キャンプファイヤー
☐ キャンドルファイヤー	☐ その他	

これで終わりです。ご協力ありがとうございました。

【このアンケートは、下記を参考に作成しています。】

- ・「我が国と海外両国の若者の意識に関する調査」(内閣府)
- ・「青少年の体験活動に関する実態調査」(国立青少年教育振興機構)
- ・「学習内容定着度調査 学習と生活についてのアンケート」(宇都宮市)

2/2
H26.10.16 版