

チャレンジカード

プログラムの概要・ねらい

自然の家での宿泊体験・野外体験・自然体験などを通じて、子どもの挑戦や、発見を引き出すツールとして活用できる。

場所		 	
時間			
値段	無料		
季節	年間	人数	何人でも
準備物	【利用者】チャレンジカード、筆記用具		

①準備

事前にチャレンジカードを必要数枚ページから印刷しておく。
 ※自然の家で印刷を希望する場合は、料金が発生する。

②実施の流れ

【時間】

実施方法を説明

- A. 用紙に名前と宿泊日を記入する。
- B. 宿泊期間中の目標（自分の目標）を記入する。
 ※保護者や引率者は、子ども達自らが目標を立てられるように援助をする。
- C. それぞれのチャレンジ項目を子どもが「できた」と思ったら、保護者または引率者に申告するように伝える。
 ※チャレンジ項目は「生活の中のチャレンジ」と「自然の中のチャレンジ」の二つのカテゴリーがある。
 ※自然に関する項目は天候などによりチャレンジできないこともある。
- D. 子どもが「できた」と申告してきた項目に、保護者または引率者はサインをする。
 ※保護者や引率者は、子どもの自己申告を尊重する。
- E. 最終日には、宿泊期間中の目標（自分の目標）に対しての自己評価をする。

③後片付け

チャレンジカードってなあに？

チャレンジカードは、みんなが千葉市少年自然の家で
すぐす中で、「できたよ！」「みつけたよ」と思った
ことを思い出にのこしておくためのカードです。

「できたこと」・「見つけたこと」があったら、お家
の人や、一緒に来ている大人の人にお話しをして、サ
インをしてもらおう！

自分の目標を決めてみよう！

千葉市少年自然の家に来て、

- ・ふだん家ではできないようなこと。
- ・やってみたいこと。

・この○日間これをがんばるぞ！ってこと。

そんな目標をひとつ決めて、下の中に入れてみよう！

さいご ひ じぶん もくひょう

最後の日に自分の目標をふりかえってみよう！

2025/03/01改訂

千葉市少年自然の家



チャレンジカード

年 月 日 ~

月 日

なまえ

せいかつ なか 生活の中のチャレンジ		できたよ	しぜん なか 自然の中のチャレンジ		できたよ
1	とま じゅんぴ ひとり お泊りの準備を一人でできた		11	しぜん ふしぎ もの み 自然の不思議な物を見つけた	
2	しぜん いえ なに かんが 自然の家で何をするか 考えてきた		12	にち きおん ちが き 1日の気温の違いに気づいた	
3	にもつ じぶん はこ 荷物は自分でがんばって運べた		13	かぜ おと き 風の音を聞いた	
4	しょくじ す きら た 食事は好き嫌いなくバランスよく食べた		14	とり こえ き 鳥の声を聞いた	
5	じぶん シーツやカバーを自分でつけることができた		15	くも かたち ちが み 雲の形の違いを見つけられた	
6	ね じかん まも ね じかん じ 寝る時間を守れた 寝る時間()時		16	は いろ み 葉っぱの色をたくさん見つけた	
7	ね よく寝られた		17	しぜん かん 自然のにおいを感じられた	
8	お じかん まも お じかん じ 起きる時間を守れた 起きる時間()時		18	せいざ み 星座を見つけられた	
9	じぶん にもつ かた 自分の荷物の片づけをしっかりとできた		19	ほし いろ ちが き 星の色の違いに気づいた	
10	へや かた お部屋のそうじ、ゴミの片づけをした		20	どうぶつ お もの はね はっけん 動物の落とし物(フン・羽など)を発見できた	