

# 室内オリエンテーリング



三瓶青少年交流の家の中はとても広いです！  
外に出て自然の中でオリエンテーリングもいいけど、その前に交流の家に隠された宝を探す冒険に出るのもおススメです！  
地図を見ながら数々の問題を解いていく中で  
仲間の新しい一面を見つけたり…。  
もちろん競技としてのプレーもOK！！頭脳プレイで他のチームを圧倒しよう！！

## 活動のねらい・期待される効果

集団づくりのワンステップとして、グループワークには最適です。

一斉実施可能人数	50人	活動季節・条件	通年
所要時間	1～2時間	実施場所	交流の家
主な対象	小学生(オリエンテーリングの地図が読める人)～		
指導について	地図の読み方からルールの説明(もちろん団体オリジナルのルールがあってもOKです)、館内での注意点等、職員が事前指導をします。		

## 活動の概略

交流の家の中に設置されたクイズを解きながらグループごとに館内を探検するアクティビティです。もちろん、団体独自のルールを作って活動することも可能です。事前指導の後、グループごとに作戦を考えて競技開始！活動が終了したらスコア又はタイムを集計します。

## 準備物

### 交流の家が貸し出しできる用具・材料

・室内オリエンテーリング用マップ ・ゼッケン ・ストップウォッチ ・トランシーバー ・スタート・ゴール用横断幕  
・集計用紙 ・バインダー ・携帯用救急靴 ・クリップ鉛筆 ・解答用紙

### 利用者または団体で準備する用具・材料

・季節によってはタオル・帽子・水分等の準備も必要。  
・グループごとに時計、筆記用具が必要。

## 事務室または食堂で購入する物

特にありません。

## 当日の動き

- |          |  |
|----------|--|
| ①打合せ     | ・活動に必要な貸し出し用具の確認・服装準備物の確認・監視員役の引率者の人数等 |
| ②用具の受け取り | ・打ち合わせた用具を事務室で受け取り、参加者に配布して下さい。        |
| ③事前指導    | ・交流の家職員が指導を行います。(地図の読み方、ルールの説明等)       |
| ④活動(展開)  | ・団体指導者の下、活動を行います。                      |
| ⑤ふりかえり   | ・団体指導者の下、活動のふりかえりを行います。                |
| ⑥用具の片づけ  | ・貸し出し用具の返却をお願いします。                     |

## 安全対策・環境への留意点

館内に設置してある防火扉・消火器等へは触れないようにお願いします。事前指導の段階で、他団体が使用している研修室等の説明を行いますので、団体の担当の方は、行動範囲に気を付けてください。また、監視役の指導者の方は最低4人必要です。監視場所等については、打ち合わせで確認します。環境面についても森を大切にする、ゴミを拾う等々の配慮をお願いします。

## 備考