

オリエンテーリング

自然豊かな三瓶の森で・・・思いっきり遊ぼう！！楽しもう！！
スコアオリエンテーリングって聞いたことありますか？
簡単にいうと・・・森の中で宝探しをしよう！！・・・かな？
ふかふかの土の上を歩きながら、宝物を探して・・・自然と親しんだり、
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

○集団づくりのワンステップとして、グループワークに最適。
○ねらいをどのように設定するかによって、体力づくりからヒーリング(心の癒し)まで様々な効果が期待できます。

一斉実施可能人数	400人	活動季節・条件	無雪期
所要時間	2～3時間	実施場所	交流の家周辺
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	基本的には自主活動です。要望があれば団体の指導者に対し、交流の家職員が用具の使い方や実施上の諸注意、ルール等について説明をします。(10分程度)		

活動の概略

交流の家の周辺の森の中に設置したポストを決められた時間内にいくつ探することができるかグループごとで競いあう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。ルールを確認後、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

オリエンテーリング用マップ、バインダー、クリップ鉛筆、ストップウォッチ、腕時計、コンパス、スタート・ゴール用横断幕、集計用紙、解答用紙、救急バッグ(原則1団体に1個)、ゼッケン、トランシーバー(無線機)

利用者や団体が準備する用具・材料

活動に適した服装(森の中に入るのので長袖長ズボン、長めの靴下、履きなれた運動靴が望ましい。)、帽子、水筒、リュックサック、タオル、雨具、腕時計(班に1つ)、筆記用具

交流の家(食堂)で購入できる物

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、参加者に配布してください。 |
| ③事前指導 | ・団体指導者が指導を行います。(地図の見方、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振り返り | ・団体指導者の下、活動の振り返りを行います。 |
| 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

まずは、「大自然の中に入れてもらう。」という気持ちを忘れずに活動してください。森の中には人間にとって危険な動植物がいます(スズメバチ、ツタウルシ、マムシ等)。できる限り長袖長ズボンでの活動をお勧めします。季節によっては熱中症に気を付ける必要があります。
また、見守り役の指導者は最低4人必要です。見守り場所等については、確認表に記載しています。環境面についても、森を大切にす観点から、ゴミを拾うなどの配慮をお願いします。

備考