

# モルック

モルックは、フィンランドのカレリア地方の伝統的なキョッカ(kyykkä)というゲームを元に1996年に開発されました。木製の棒(モルック)を投げて数字の書かれたピン(スキttl)を倒す対戦型のアウトドアスポーツです。年齢や性別に関係なく楽しめます。



※入所後の打合せは行いませんが、プログラム確認表の事前提出をお願いします。

## 活動のねらい・期待される効果

- グループの協調性・協力性を高めることができます。
- 年齢、性別、体力に関係なく、誰もが楽しく参加できるスポーツです。

一斉実施可能人数	40人程度	活動季節・条件	通年
所要時間	1～2時間 程度	実施場所	講堂、柔道場、体育館など
主な対象	小学生～		
指導について	要望があるときは、実施前に交流の家職員が用具の使い方・実施上の諸注意・ルール等について、実演を交えた事前説明をします(約10分程度)。 その後は、団体による自主運営で実施してください。		

## 活動の概略

○事前に以下の内容を決めて、前日までに「確認表」を提出します。

- ◆チーム編成(1班の人数)
- ◆貸出希望物品  
交流の家には、木製モルック2セット、屋内専用モルック2セットの計4セット有ります。

### ①道具を準備

「モルック」という投げる棒、「スキttl」という1～12の数字が書かれた12本のピン、投げる位置を決める「モルッカーリ」、のに入ったモルックセットを事務室まで受取りに来てください(運ぶのに1セットあたり1人～2人程度必要です)。

### ②指定の場所で活動

活動できる場所は以下のとおりです。  
木製 : 講堂、柔道場、つどいの広場、体育館(体育館で実施する場合は、床を傷つけないようにブルーシートを敷いてください)  
屋内専用: 講堂、柔道場、剣道場、体育館

(詳しいルールは、「モルック 確認表」の裏面をご覧ください。)

### ③片付け

使用した用具を事務室まで返却してください。

## 準備物

### 交流の家が貸し出しできる用具・材料

- モルックセット(木製) 2セット
- モルックセット(屋内用) 2セット
- ホワイトボード(得点掲示用)
- スコアボード(めくり式)
- メジャー(正式な3～4mを計測する場合に使用)
- 電子ホイッスル
- ブルーシート

## 当日の動き

- ①貸出物品の運搬、会場準備、体操  
事務室で貸出物品を受け取って会場に移動し、コートづくりをします。  
事前の準備運動を行ってください。
- ②ねらいの確認と事前指導  
活動のねらいを確認し、用具の使い方やルール、実施上の諸注意等について事前指導をします。  
※要望があるときは、交流の家職員が事前指導を行います。
- ③活動(展開)  
1コート2チームで対戦します。  
※1チームは、1人～5人程度が望ましいです。
- ④振り返り  
対戦終了後、チームでの振り返りを行うことにより、チーム内での自分自身と仲間への理解の深まりが期待できます。
- ⑤片づけ、物品の返却  
会場の片づけを行い、貸出し物品を事務室に返却してください。

## 安全対策・環境への留意点

- モルックを強く投げると床が傷つくため、やさしく投げてください。
- スキttlを投げるときは、周りに人がいないことを確認してください。