

屋内活動プログラム

活動名	(2) 室内オリエンテーリング		
内容	問題用紙にある写真を手がかりに、所内の建物や設置物を探し歩くオリエンテーリングです。写真の場所は管理棟内及び周辺に36か所あり、見つけにくい場所ほど高得点がもらえます。館内を探検する面白さがあり、グループでの仲間づくりにも役立ちます。荒天で野外活動ができない場合の代替プログラムにもなります。		
条件	場所	管理棟内及び周辺	対象 幼児以上 (小学生未満は大人の付き添いが必要)
	時間	1.5 時間～2 時間	人数 120 人 (1 グループ 6 人程度)
	時期	通年	天候 雨天可
期待される教育効果	(1) グループで問題を解きながら活動することで、仲間と協力する心を育む。 (2) 初日に行うことで、建物・施設の把握に役立つ。		
準備物	自然の家が貸し出す物		団体が準備する物
	<input type="checkbox"/> 問題用紙 <input type="checkbox"/> 解答用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 解答 <input type="checkbox"/> 無線機		<input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 救急用品
展開	1. 事前（準備） (1) 事前に下見を行い、危険箇所や所要時間等の把握をする。 (2) 自然の家職員と安全管理方法について打合せをする。 ① 危険箇所に引率が立ち、エリア内で子供たちのみの班活動をする。 ② 各班に1名の引率者がつき、班活動をする。 2. 活動前 (1) 代表者は自然の家職員から安全指導時に貸出物品を受け取る。 (2) 安全指導を受ける場所に集合し、点呼及び健康観察を行う。 (3) 問題用紙、解答用紙、バインダーを配布する（各班1枚） (4) 安全面に関する注意と、ルールやマナー等についての話を聞く。 3. 活動 (5) 引率者の指示に従い、グループごとにゲームを開始する。 (6) 休憩は多めにとり、水分補給、健康観察を都度行う。 (7) 決められた時間まで集合し、点呼及び健康観察、成績発表を行う。 (8) 傷病者が出た場合は、ただちに自然の家に無線連絡を行う。 4. 事後（片付け） (1) 代表者は事務室に貸出物品を返却する。		
安全管理ポイント	<input type="checkbox"/> 引率者を要所に配置し、無線機や携帯電話で連絡が取れるようにする。 <input type="checkbox"/> 単独行動は絶対にしないよう指導を行う。 <input type="checkbox"/> 館内を走ることで転倒や衝突の恐れがあることを指導する。 <input type="checkbox"/> 他団体が活動中の場合、活動に支障がないようにさせる。		

室内オリエンテーリング実施の手引き	
引率者の心構え	1. ねらいを明確にした活動計画を作りましょう (1) 「何のために実施するのか」「どのように活用するのか」そのねらいをはっきりさせて計画を作りましょう。 (2) ねらいや参加者の体力に応じて活動時間を決めましょう。 2. 引率者（団体の責任者）は必ず事前の下見を行いましょう 下見をすることで、引率者が待機するポイントや危険箇所の把握及び的確な指導法の発案などに役立ちます。 3. 事後学習の機会を設けましょう 室内オリエンテーリングで築かれた人間関係など、ねらいに合わせた振り返りをしましょう。

<p>安全な活動のための準備</p>	<p>1. 服装、装備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自然の家での活動は、夏でも長袖、長ズボンが基本です。 ・履きなれた運動靴を履きましょう。特に雨天時は床が滑りやすく、脱げやすいものや底がつるつるのものは危険です。 <p>2. 事故に備えての対応</p> <p>(1) グループに傷病者が出た場合、誰が、どのように対応するかを事前に決めておきます。</p> <p>(2) 引率者は、スタート時、ゴール時等、絶えず人員の確認と参加者の健康状態を確認することが大切です。</p>
<p>自然の家来所前に指導していただきたいこと</p>	<p>(1) 体調を万全にして臨む。</p> <p>(2) 出発前に服装などをお互いに点検する。</p> <p>(3) 活動中は、グループ全員がまとまって活動すること。</p> <p>① 単独行動は、けが等の原因になります。</p> <p>② 万が一誰かがけがをしたり、具合が悪くなったり、動けなくなったときは、ただちに近くの仲間や引率者に知らせ、助けを求めるようにします。</p> <p>(4) 水分補給は、少量ずつこまめに行う（のどが渇く前に飲む）。</p> <p>(5) 防寒着をこまめに脱いだり着たりして、体温調節を心がける。</p>

室内オリエンテーリングの活動内容について

(1) グループで管理棟内及び周辺を歩き、問題用紙にある写真の場所を探します。探す順序は自由です。

(2) 問題用紙は①～③の3種類あり、問題③は難易度をやや高めに設定しています。

(3) 場所を見つけたら、写真につけられた番号を解答用紙の地図に書き込んでいきます。

(4) 写真にはそれぞれ点数があり、難しいものほど高得点をつけています。

(5) 制限時間までに集合場所に戻り、得点を集計し、点数を競います。最高得点は、555点です。

室内オリエンテーリング問題用紙（例）

室内オリエンテーリング①

★写真にはそれぞれ点数がついていて、探す順番は自由です。

★写真についている番号を地図に書き込んでください。

 (1) 5点	 (2) 5点	 (3) 5点	 (4) 5点	 (21) 15点	 (22) 15点	 (23) 15点	 (24) 15点
 (5) 5点	 (6) 10点	 (7) 10点	 (8) 10点	 (25) 15点	 (26) 15点	 (27) 15点	 (28) 15点
 (9) 10点	 (10) 10点	 (11) 10点	 (12) 10点	 (33) 30点	 (34) 30点	 (35) 30点	 (36) 50点
 (13) 10点	 (14) 10点	 (15) 10点	 (16) 15点	<p>5点…5つ 10点…10つ 15点…15つ</p> <p>30点…5つ 50点…1つ 目指せ！550点！</p>			
 (17) 15点	 (18) 15点	 (19) 15点	 (20) 15点	<p>※本館の地図上の色が揃っている場所(宿泊棟・浴室・学習室・フレイ)</p> <p>ホール・オリエンテーション室などは他の団体様が活動しているの、入らないようにしましょう！！</p> 			