

# 所内オリエンテーリング

自然の家の敷地内に設置された①～⑳のチェックポイントを探し、ポイントの裏に書いてある英字の記号を調べます。



## 活動のねらい

- (1) 自然の中で仲間と楽しみながら親睦を図る。
- (2) グループワークを通して心を育む。
  - ① グループのあり方について考える。
  - ② グループに対する個人の関わり方を考える。
  - ③ リーダーシップ、コミュニケーション能力、協調性を培う。
- (3) 地図を読み取る能力を培う。

活動可能人数	制限なし	活動・季節条件	通年
所要時間	2～3 時間	主な対象	小学5年生以上
実施場所	自然の家敷地内	グループの人数	6人程度
導入指導	間接	自然の家職員が各団体代表者に説明後、代表者から利用者に説明	

## 指導上の留意点

- (1) 安全指導を徹底してください。
- (2) 自然へやさしい活動になるように、フィールドマナーを守ってください。
- (3) 実地踏査を行い、指導場所等について指導者間の打ち合わせを必ず行ってください。
- (4) 荒天時の判断は参加者の実態やその後のプログラムのことなどを考えて、団体で決定してください。  
なお、自然の家の「安全対策マニュアル」に従って、活動を中止する場合があります。
- (5) グループの中ではいろいろなことが起きます。それらをふり返らせることで、グループとは何か、グループに自分自身がどのように関わるかなどについて学ばせるようにしてください。
- (6) ふり返りでは、オリエンテーリング自体の計画や結果をふり返らせるのではなく、活動の過程における個人の動きに焦点を当ててください。
- (7) 活動中のトイレについて考慮してください。

## 準備物

### 自然の家が貸し出しできるもの

無線機 地図 スコアオリエンテーリング得点カード・スコアオリエンテーリング用地図  
所内めぐりオリエンテーリング（問題） 紙挟み

### 利用者または団体で準備するもの

運動靴 帽子 水筒 タオル 時計 軍手やリュック（必要に応じて） 筆記用具

### 売店で購入するもの・できるもの

なし

## 活動内容

- (1) 決められた場所に集合し、グループを編成する。
- (2) ルールを説明し、課題を提示する。
- (3) 活動に必要な最低限の知識と安全の注意をする。
  - ① スコアオリエンテーリング得点カード・スコアオリエンテーリング用地図
  - ② 所内めぐりオリエンテーリング（問題）など、必要なものを配布
  - ③ 地図の見方、ポイント記号の記入の仕方
  - ④ 制限時間
  - ⑤ 課題とルールに基づき、各グループで計画を立てる。
  - ⑥ 話し合いが終わったグループから活動を開始する。
  - ⑦ ゴールしたら本部記録係が到着時間を記録し、設定時間との誤差を得点換算する。
  - ⑧ 活動終了し、成績を発表する。
- (4) ねらいに応じた活動ができたか、参加者に感想を発表させる。