

マウンテンバイク

所内に付設されたマウンテンバイクコースを使って行う活動です。



活動のねらい

自然の中の地形を走破することを通して、達成感を味わったり、体力の向上を図ったりする。

活動可能人数	30人	活動・季節条件	通年
所要時間	2時間程度	主な対象	小学生
実施場所	マウンテンバイクコース	グループの人数	—
導入指導	直接	自然の家職員が各団体代表者に説明後、参加者に直接指導	

指導上の留意点

—

準備物

自然の家が貸し出しできるもの

マウンテンバイク ヘルメット 無線機

利用者または団体に準備するもの

帽子 タオル 水筒

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、マウンテンバイク倉庫前に移動する。
- (2) 参加者に動機付けを行い、チャレンジしようという雰囲気をつくる。
- (3) 自然の家職員からマウンテンバイクの使用説明と諸注意を聞く。
- (4) 試走後、コースにチャレンジする。
- (5) 活動を終了し後始末をする。
- (6) 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。