

オリエンテーリング

期待される効果

思考力	判断力	表現力	創造力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	課題発見	課題解決能力	自然への気づき	自然愛護
○	○	○		○	○			○	○	○	○	○	○	

活動場所	松林・運動公園	対象	中学生～一般
班の人数	5人～6人	所要時間	2時間半～3時間半（午後のみ）
団体側の準備物	帽子・水筒・タオル		
施設側の準備物	ゼッケン・マップ・アタックカード・コンパス・バインダー 鉛筆・無線・フラッグ・メジャー		

活動の内容

- 地図とコンパスを用い、設置してあるフラッグを探し当てる活動である。
- できるだけ短時間でゴールできるように作戦を立て挑戦をする。
- 現在地を地図から読み取ったり、次の目的地を導いたり難易度の高い活動である。
- 班で協力することはもちろんだが、状況判断や体力など様々な力が必要な活動である。



活動の流れ

- ① 活動についての説明
 - 《ルール》
 - ・ポイントオリエンテーリング、スコアオリエンテーリングの説明をする。（どちらで活動するのか）
 - ・地図とコンパスを使い、ポイントへ移動する。
 - ・解答用紙にチェックをし次の目的地へと進む。
 - ・制限時間と集合場所を伝える。
 - 《資料・道具の説明》
 - ・マップの見方と使い方の説明（方角の確認）
- ② コンパスの使い方の練習（練習用紙を使用）、メジャーで歩測をする。
- ④ 活動開始（全班同時にスタート）
- ⑤ 答え合わせ

留意点

- 津波警報発令時は、**自然の家・陸上競技場・サンマリスタジアム**へ避難する。
- 班で行動し、適度に休息・水分補給を入れる。
- 公園内は車の往来もあるため、広がって歩かない。
- 建物内や競技場内には入らない。

引率者の動き

- （事前）
- 1班5～6人の班の編成を行い、班長を決めておく。
- （当日）
- 津波警報発令時は、**自然の家・陸上競技場・サンマリスタジアム**へ避難誘導をする。
 - 活動エリアの巡回指導（体調・安全管理）をする。
 - 活動終了時間が近づいてきた際の声掛けをする。