

ショート オリエンテーリング

山形市少年自然の家

1. 活動概要

野山に設置してあるポストを巡り、点数の合計を競う「スコアオリエンテーリング」の簡易版です。自然の家周辺のポストを対象に設定することで、移動範囲がスコア OL よりも狭く、活動時間を短縮することができます。

また、点数を競い合うだけでなく、見つけたら獲得できるアイテム(炊飯活動で使う食材など)を各ポストに割り振ることで、次の活動との関連性、連続性を持たせ、意欲や目的意識をより高めることができます。

ねらい：ルートの設定や時間配分などの話し合いを通して、仲間と協力することの大切さに気付く。

2. 活動場所

スコアオリエンテーリングコース ※自然の家周辺の6つのポストが対象

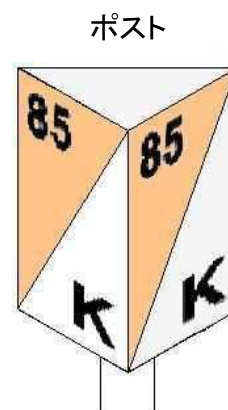
3. 所要時間

2時間程度 (団体の設定による)

4. 準備

《自然の家》熊鈴

《各自》マップ・記録カード・筆記用具・時計・飲料水 など



※活動で使用するカード等は、HPよりダウンロードして準備してください。

5. 活動内容

- ・出発前に活動ルールをしっかり学び、マップでルートを設定します。
- ・ゴール場所、ゴール時刻を確認します。
- ・マップ、記録カード、筆記用具、時計を持って出発します。
- ・ポストを発見したら書いてある答え(記号)を記録カードに記入します。
- ・ゴール時刻から遅れたり、早く着いたりした場合は減点の対象になります。

【活動 A】 スコア型オリエンテーリング・・・各ポストに点数を割り振る。

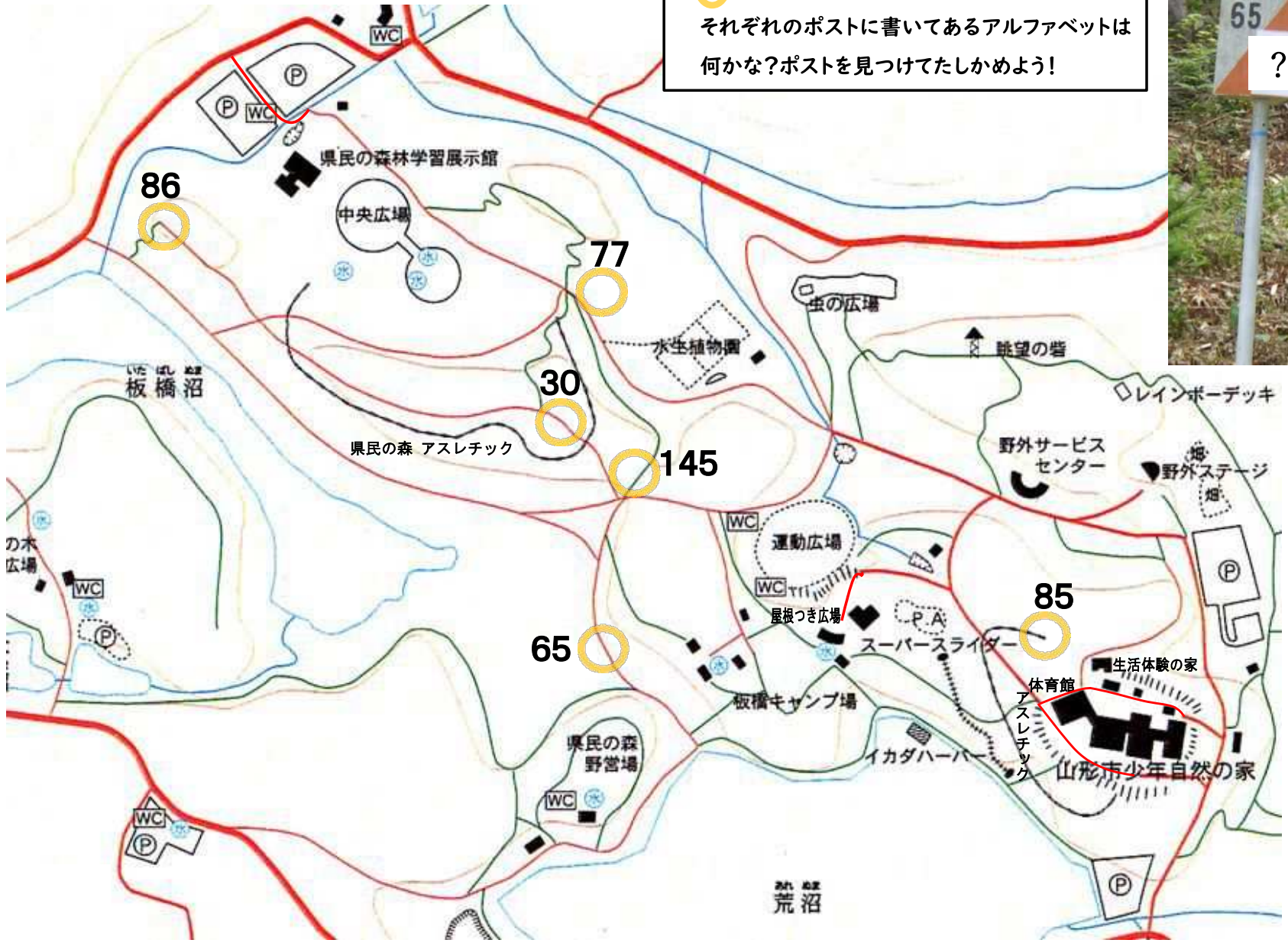
【活動 B】 ゲット型オリエンテーリング・・・各ポストに見つけたらゲットできるアイテムを割り振る。

6. 実施上の留意点

- ◆ 出発前の指導では、活動の方法やルールだけでなく、次の点についても意識付けをしてください。
 - ・活動を乗り越えて無事にゴールするには、知恵を出し合いながら協力することが大切。
 - ・班員は必ずまとまって行動すること。
 - ・道に迷ったら、進まずに大きな道に出て現在地を確認すること。
- ◆ 樹木を傷つけないなど、自然を大切にしてください。

ショートオリエンテーリング マップ

○の場所に右図のようなポストがあります。
それぞれのポストに書いてあるアルファベットは
何かな？ポストを見つけてたしかめよう！



道路
遊歩道
川・水路
沼
アスレチック
道ではありません！



ショートオリエンテーリング(スコア型) 解答用紙

班

・ゴール時刻条件 _____ : _____ ~ _____ : _____ の間

・条件から 1分 はやい or 1分 おそい ごとに 1点減点

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット						
点数	15点	15点	20点	10点	30点	10点

ゴール時刻

:

得点

減点

—

=

合計点数 ※100点満点

ショートオリエンテーリング(ゲット型・アイテム設定編) 解答用紙

班

ゴール時刻条件 _____ : _____ ~ _____ : _____ の間

ゴール時刻

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット						
ゲットアイテム						

ショートオリエンテーリング(ゲット型・カレーライス食材編) 解答用紙


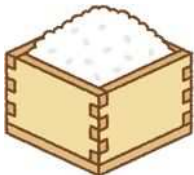

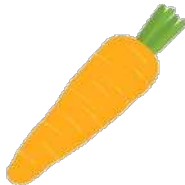


班

ゴール時刻条件 _____ : _____ ~ _____ : _____ の間

ゴール時刻

 :


★アルファベットが正解だったら、その食材ゲットです! 全部集めておいしいカレーをつくろう!

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット						
ゲット食材	たまねぎ 	お米 	ぶた肉 	にんじん 	カレールー 	じゃがいも 

ショートオリエンテーリング(ゲット型・焼きそば食材編) 解答用紙




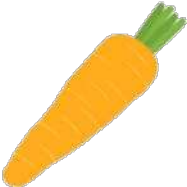


班

ゴール時刻条件 _____ : _____ ~ _____ : _____ の間

ゴール時刻

 :


★アルファベットが正解だったら、その食材ゲットです! 全部集めておいしい焼きそばをつくろう!

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット						
ゲット食材	キャベツ 	ソース 	ぶた肉 	にんじん 	めん 	もやし 

ショートオリエンテーリング(ゲット型・牛丼食材編) 解答用紙


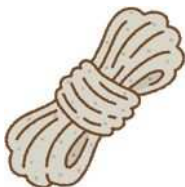




班

ゴール時刻条件 _____ : _____ ~ _____ : _____ の間

ゴール時刻

 :


★アルファベットが正解だったら、その食材ゲットです! 全部集めておいしい牛丼をつくろう!

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット						
ゲット食材	たまねぎ 	系こんにゃく 	お米 	さとう 	牛肉 	しょうゆ 

ショートオリエンテーリング 解答

数字	30	65	77	85	86	145
アルファベット	I	A	C	D	V	O
点数	15点	15点	20点	10点	30点	10点