

# モルック

山形市少年自然の家

## 1. 活動概要

『モルック』はフィンランド生まれの伝統的なスポーツです。老若男女問わずに気軽に楽しめます。

**ねらい**：仲間と戦略を考えながら、勝負する楽しさを味わう。

## 2. 活動場所

あじさい広場、運動広場、体育館

## 3. 所要時間

30分程度(学年や人数によって異なる)

## 4. 準 備

スキットル 12 本(1~12 の数字が書かれたもの)  
モルック 2 本(投げるもの)  
モルッカーリ 1 つ(投げる目印)  
人工芝  
得点表 **※活動で使用する得点表は、HPよりダウンロードして準備してください。**



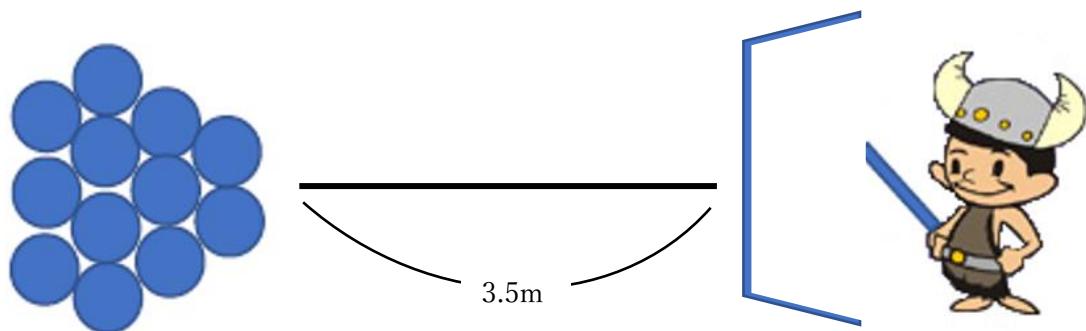
## 5. 活動内容

### ★準備

- ①2 チーム以上が対抗で戦います。
- ②スキットルを画像のように並べ、そこから3.5m先にモルッカーリを置く。

### ★ルール

- ①1 チーム目が 1 回モルックを投げスキットルを倒します。  
**※投げ方は安全のために下投げのみとします。**
- ②複数本倒した時は倒れた本数が得点になります。  
倒れたのが 1 本だけならそのスキットルに書いてある数字がそのまま得点になります。
- ③投げたチームが倒れた地点でスキットルを起こします。ゲームが進むにつれて盤面が広がるので難易度も上がっていきます。
- ④次のチームも 1 回モルックを投げ、同じようにスキットルを倒していきます。
- ⑤点数を加算していき、50 点ぴったりになるよう目指します。50 点を超えた場合は 25 点に戻ってしまいます。



## 6. 実施上の留意点

- ・活動する時は、人や物に当たらないように周囲をよく見ます。
- ・活動後は道具の数を確認し返納します。



# モルック対戦得点表

モルック得点表		コート/試合 No.		
チーム名・名前	先攻		後攻	
		計		計
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				