

4 オリエンテーリングⅠ

山野に設けられたコースで、地図だけを用いて定められた地点（OLポスト）を発見、通過しながら所要時間を競う野外活動である。

※オリエンテーリングを以後は、略して「OL」（オーエル）と表す。

1 ねらい

- (1) グループ活動を通して、連帯感や協調性を養う。
- (2) 地図を読み取りながら実際の地形を理解し、指定された目的地へのルートを選択するための注意力、判断力、方向決定力、距離感覚等を養う。
- (3) 自然に親しむとともに、やり抜く意志と体力を培い、達成の喜びを味わう。

2 対象及び最大人数

ラインOL・・・小学生以上	160人
スコアOL・・・小学校中学年以上	
ポイントOL・・・小学校高学年以上	

3 所要時間 80～160分

4 準備

- (1) 用具 地図、クリップボード、ゼッケン、筆記用具、解答用紙、賞状、時計、机、いす（ゴール受付用）
- (2) チーム編成 4人
- (3) 団体との連携 チーム編成、服装、コース、引率者の役割（活動中の安全指導、集合・整列の指導）、見学者の指導等

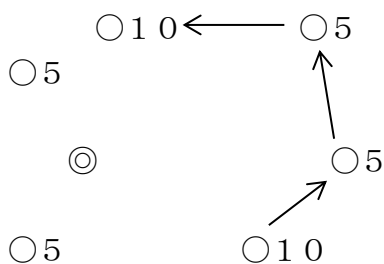
5 指導の実際

指導区分	指導内容	留意事項
導入 20分～ 30分	1 事前指導 (1) 挨拶、担当者紹介 (2) 用具の配布 地図、ゼッケン、解答用紙、クリップボード (3) 活動説明 ① ねらいの説明 ② 方法の説明・注意 (4) 安全指導 (5) 健康観察	団体側引率者の進行 指導担当者の進行 第1項を参照 第7項を参照 第8項を参照
展開 90分～ 100分	2 スタート ● ポイントOL・ラインOL ゼッケン順に1～5分おきにスタートする。	第6項を参照

	<ul style="list-style-type: none"> ● スコアOL…一斉にスタートする。 <p>3 活動</p> <p>4 ゴール・待機</p> <p>(1) チーム全員そろってゴールする。</p> <p>(2) ゴールインしたら、解答用紙を提出する。</p> <p>(3) 待機、休憩する。</p> <p>(4) 意見交換</p>	
終末 10分～ 20分	<p>5 チーム毎に集合・整列</p> <p>6 成績発表と講評</p> <p>(1) 子どもたちの感想発表</p> <p>(2) 成績発表</p> <p>(3) 表彰</p> <p>(4) 反省、講評</p> <p>7 健康観察</p> <p>汗の後始末・うがい・手洗いの励行</p> <p>8 用具等の後始末</p>	

6 形式・種類

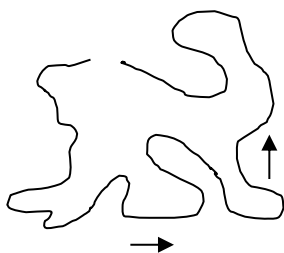
(1) ポイントOL



地図上に示されたいくつかのポイントを順番にまわり、ポストマークの記号を解答用紙に記入し、なるべく早くゴールするもので、順序さえ間違えなければ、どの道を通ってもかまわない。

親図から、ポストの位置とまわる順序を自分たちの地図へ正確に転写する。方向を見定めて最短の道を通るようにしなにしなければならない。

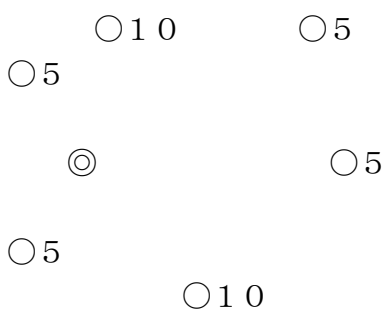
(2) ラインOL



地図上に線で示されたコースをたどり、そのライン上にあるポストマークを見つけ、記号を解答用紙に記入してくるもので、決められたコースを進まなければならない。

地図上には、きめられたコースだけが記入されており、ポストの位置は記入されていない。従って、どこにポイントがあるかわからない。

(3) スコアOL



一定地域内に多くのポストを設置し、見つける難易度によって点数をつけ、「制限時間内に何点とってくるか」「一定の得点以上とるのにどれだけ時間がかかったか」などを競うものである。これは、どこを通ろうと自由であるから一斉にスタートすることができる。

地図上には、ポストの位置と点数だけが記入されていて、コースも順序も示されていない。

7 活動方法の説明・注意

(1) 地図の読み方

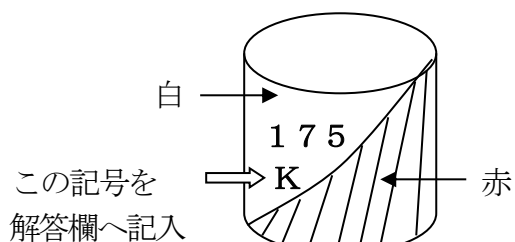
- ① 方角の確認
- ② 地図の記号の確認
- ③ 正しい距離の求め方

正確に目的地に行くには、自分の歩幅を知って、歩測することが必要である。

地図の縮尺 1 : 5 0 0 0 1 cm : 5 0 m

(2) 注意事項

- ① 解答用紙にゼッケン番号、色、チーム名、スタート時刻、ゴール予定時刻等を記入させる。
- ② 実際に探すポストの見本を見せ、解答の要領を教える。



- ③ 制限時間がきたら速やかにゴールするように徹底する。
- ④ 参加者に時計は持たせない。
- ⑤ ポストや標識にいたずらをしない。
- ⑥ 自然を大切にする。(樹木を傷つけない、ゴミを散らさない。)
- ⑦ ルールを守り、全員が楽しく活動できるように正々堂々とする。
(他の人に場所や答えを聞かない、教えない、妨害しない。)

8 安全指導

- (1) 自分の体力を考え、無理をしない。
- (2) ハチ、マムシ、毒虫、植物(カヤ、ハゼ、トゲ等)に注意する。
- (3) 活動中の事故発生時は、指導者へ連絡し、救急処置を受ける。
- (4) にわか雨、落雷時は、指導者の指示に従い、避難する。
- (5) 道に迷った時は、斜面の上を目指して移動する。

9 その他

ポイントの位置については、年度末に見直しを行なう。