

スポーツ
活動

各種室内スポーツ

12

1 活動のねらい

各種スポーツ活動を通して、スポーツを楽しみ、参加者同士の交流を深めます。

2 育てたい能力

A4 交友・協調 A1 自立 B3 まじめ勤勉

※Aは心理的・社会的能力 Bは徳育的能力 Cは身体的能力 詳細は別紙参照

3 活動場所

- ・プレイホール
- ・花山石楠花センター市民ホール（有料）

4 活動時期

通年

5 所要時間

自由

6 指導形態

団体の引率者が指導者となって行う活動

7 準備物

【団体・個人で準備するもの】

- ・運動に適した服装 ・室内履き



【自然の家で貸し出しできるもの】

- | | |
|-------------------|---------------------|
| ・卓球用具一式…3台分 | ・バドミントン用具一式…2コート分 |
| ・バレーボール用具一式…1コート分 | ・バスケットボール用具一式…1コート分 |
| ・ドッジボール…1コート分 | ・一輪車…8台 |
| ・縄跳び用ロープ…10本 | ・綱引き用ロープ…1本 |
| ・Xロープセット…4セット | ・デジタル得点板…1台 |
| ・電子ホイッスル | |

※使用できる用具の数等については、事前に確認してください。

8 活動の手順

- ①人数確認、服装の点検、健康状態のチェックをします。
- ②用具を準備します。（ラケット等は事務室にて貸し出します。）
- ③安全に留意して活動します。
- ④後片付けをします。破損等があれば事務室にご連絡ください。



9 留意点

- ・活動に使用した道具は、責任をもって返却してください。
- ・健康観察、準備運動を十分に行ってください。
- ・活動後の汗の始末等もしっかりし、体調を崩さないようにしてください。