

スポーツ
活動

各種室内スポーツ

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】

<スポーツ>

- | | |
|-------------------|---------------------|
| ・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…2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 | |

<ニュースポーツ>

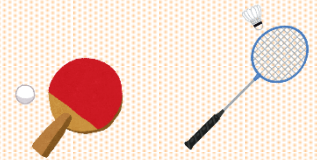
- ・室内ペタンク用具一式（ボール12球、ピュット、投球サークル、メジャー）…1セット
- ・スカットボール用具一式（スカット台、人工芝、ボール10球、スティック2本）…2セット
- ・スマイルボウリング用具一式（ピン10本、ボール2球、ゲート、マット、腕章）…2セット
- ・キンボール用具一式（ボール、ゼッケン、スコアボード）…1セット
- ・ポッチャ用具一式（ボール白1球、赤6球、青6球）
- ・ディスクゴルフ（フリスビー30枚）
- ・モルック 3セット
- ・バッコ…1セット
- ・得点表
- ・バインダー

※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。