オリエンテーリング（ＯＬ）

１　活動の目的、効果

（１）体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ　集団行動規律　課題克服達成感　阿蘇の文化に親しむ　仲間づくり協調性

（２）ESD の課題解決に必要な７つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度

他者の立場に立ち、考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同して物事を進めようとする態度

２　活動の詳細

概要 （セールスポイント）	交流の家を出発場所として、**ミニコース、谷越えコース、ロングコース**の３種類があります。 **・ミニコース　（２時間）** 安全に実施することができ、池の周りの鳥や植物、花を見ながら活動できます。 **・谷越えコース（３時間）** ロープを使い斜面を越える箇所があり、少し難しいコースがよいと思われる方におすすめのコースです。 **・ロングコース（４時間）** 阿蘇の草原の中を気持ちよく歩くことができます。距離が長く、班でコースを選択し、進むことができるおすすめのコースです。 ※活動場所の**事前下見を必ず行う。**（指導者の配置・危険箇所・移動時間等の確認）					
諸条件	実施形態	**指導必須**※活動の事前（安全）指導に入る。		提出書類	不要	
	必要経費	なし		所要時間	上記概要に記載	
	活動場所	阿蘇青少年交流の家 小堀牧野、二塚牧野		対象・人数	小学校高学年以上 （ミニコースは低学年以上） 300 人程度まで可能	
	事前下見	**必須（複数人での下見）**	実施時期	通年	天候	晴天時　※雨天時用代替プログラム有り
準備するもの	**青少年交流の家で貸し出し可能な物**			**団体で準備する物**		
	ボード 無線機 ビブス タンク（20 ㍑）			【参加者】 帽子、軍手、水筒（水分は通常１㍑／夏季２㍑） ＯＬマップ（参加者用・指導者用）　スコアカード 雨合羽 時計　タオル　筆記具 野外活動に適した服装（長袖・長ズボン）　リュックサック等 【指導者】緊急車両　救急用品　携帯電話　笛　等		
役割分担	**交流の家職員が行うこと**			**団体引率者が行うこと**		
	①指導者への安全説明（立哨ポイントなど） 指導者へ貸し出し物品の貸出　【15 分】 ③参加者へ活動の意義の確認、ルール、ジオの説明 ⑧貸し出し物品の受取			①職員から安全指導（立哨ポイントなど） 借用物品の受け取り　【15 分】 ②立哨ポイントへ移動 ④グループごとに出発させる（本部担当者） ・立哨ポイントでの指導 ⑤帰着グループの人員・健康状態確認（本部担当者） ⑥得点の集計と採点・表彰 ⑦活動のまとめ ⑧借用物品を事務室へ返却		

３　活動のふりかえりのポイント

視点　：「阿蘇の自然を感じることができたか」「集団の一員として、仲間と協力することができたか」

発問例：「阿蘇の自然についてどんなところに魅力を感じましたか」「人を思った行動がとれたところはどこですか」

４　SDGｓで目指す姿

15.4　2030 年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。

・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。

５　各コースの引率者向け動画について（各コースのルートや立哨ポイント、配慮事項についてご確認いただけます。）

ミニコース（10 分程度）　　谷越えコース（13 分程度）　　ロングコース（18 分程度）

諸注意

【活動前】

- **準備物**

・長袖、長ズボン、帽子（日射病、熱中症、ダニ、マムシ対策）

※夏に冬用のジャージを着用しますと、熱中症の可能性が大きくなりますので、速乾性のある長袖を推奨します。

※半袖、半ズボンは危険です。

・軍手（ロープで谷を越えるため）

・水分補給の準備（水分は夏に２㍑、冬は 1.5 ㍑が必要です。）

※推奨例・・参加者は水筒を準備、指導者はペットボトルを配布し、借用のタンクに水を用意する。

・利用者用の地図は班の数、用意する。

- **スタート前は必ずトイレを済ませる。**

【活動中】

- **グループは、そろって行動する。**
- **危険な行為をしない。**

・放牧中の牛にいたずらしない。（4 月～11 月牛を放牧）

・牧野のゲートは開けずに、脇を通り抜ける。（ロングコース）

・柵はくぐる。

・立ち入り禁止区域に入らない。

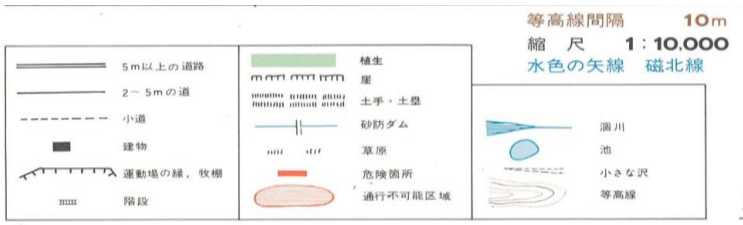
・急な坂道は走らない。

- **草原の草花を採らない。（国立公園内のため）**

【指導者の方へ】

- **本部担当とは別に緊急車両担当者を決められてください。**

OL【ミニコース】



グランド
調理場
体育館
S/G
池
食堂
谷には下りません
谷
A
B
C
D
連路は通りません
柵
橋
ア
イ
ウ
エ
オ
カ
キ
ク
ケ
コ
サ
シ
ス
セ
ソ
タ
チ
ツ
テ
ト
ナ
ニ
ヌ
ネ
ノ
ハ
ヒ
フ
ヘ
ホ
マ
ミ
ム
メ
モ
ヤ
ユ
ヨ
ラ
リ
ル
レ
ロ
ワ
ヲ
ン

オリエンテーリング　スコアカード

【ミニコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967－22－0813

班　名		解答						
ポストの得点		見つけたポストの記入例：A No.55 → A 55						
10点【150点満点】	イ		ロ		ハ		ニ	
	ホ		ヘ		ト		チ	
	リ		ヌ		ミ		ユ	
	テ		コ		ア			
20点【40点満点】	ケ		メ					
総得点	／190点満点							
スタート時刻【　：　】／ゴール時刻【　：　】／所要時間【　時間　分】								
総合順位	位　／　班中							

★★★　お願い　★★★

- 長袖、長ズボン、帽子、水分2L（冬場1.5L）を準備しましょう。
- 牧野のゲート（柵）はくぐりましょう。
- 牛に出会ったら、牛を脅かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。

☆☆☆こんな時には☆☆☆

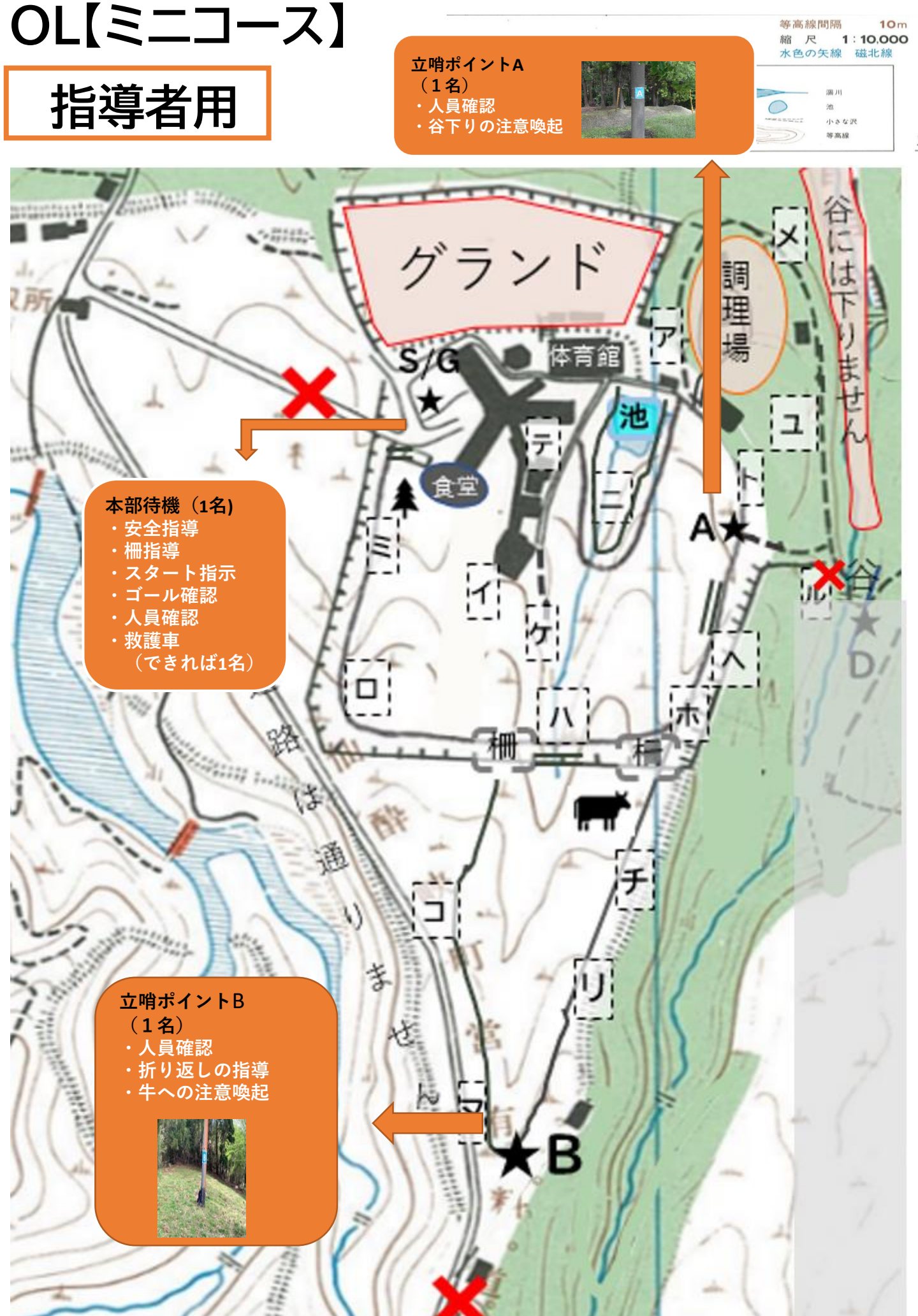
↑
◆柵（さく）がある

← 柵（さく）の間（すき間）を通る

◆柵（さく）がある
◆この先もコース（ポイント）
　がある
柵をくぐって進んでください
先生がいるときは指示に従う。

OL【ミニコース】

指導者用



オリエンテーリング　スコアカード

【ミニコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967－22－0813

班　名		解答						
ポストの得点		見つけたポストの記入例：A No.55 → A 55						
10点【150点満点】	イ	C 25	ロ	F 45	ハ	A 35	ニ	G 40
	ホ	C 19	ヘ	H 47	ト	E 43	チ	H 28
	リ	E 11	ヌ	F 11	ミ	E 25	ユ	H 13
	テ	D 23	コ	G 12	ア	F 12		
20点【40点満点】	ケ	H 47	メ	G 40				
総得点	／190点満点							
スタート時刻【　：　】／ゴール時刻【　：　】／所要時間【　時間　分】								
総合順位	位　／　班中							

★★★　お願い　★★★

- 長袖、長ズボン、帽子、水分2L（冬場1.5L）を準備しましょう。
- 牧野のゲート（柵）はくぐりましょう。
- 牛に出会ったら、牛を脅かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。

☆☆☆こんな時には☆☆☆

↑
◆柵（さく）がある

← 柵（さく）の間（すき間）を通る

◆柵（さく）がある
◆この先もコース（ポイント）
　がある
柵をくぐって進んでください
先生がいるときは指示に従う。