

体験活動

ガイドブック


プログラム企画・活動参考資料

野外活動ガイド

屋内活動ガイド

自然の家外施設ガイド

低学年向け活動ガイド

活動名	各種スポーツ				
概要	屋内外で、レクリエーションやスポーツ活動を楽しむことができます。				
時期	通年	所要時間	利用される団体による	人数(程度)	屋内100人程度 屋外250人程度
活動の持つ効果(特質)	簡単なルールで活動することができるスポーツをとおして、楽しみながらよりよい人間関係づくりができます。				
準備物	<p style="text-align: center;">青少年自然の家で貸し出すもの</p> <p>①サッカー（ボール、ゼッケン、ライン引き、笛） ②ソフトボール（バット、ベース、グローブ、ボール、ゼッケン、ライン引き） ③バドミントン（バドミントンネット、ボール、得点板、ラケット、シャトル） ④ドッジビー（ソフトディスク、ゼッケン、笛、ストップウォッチ、得点板） ⑤ドッジボール（ドッジボール、ゼッケン、笛、ストップウォッチ、得点板） ⑥バレーボール（ボール、笛、得点板） ⑦バスケットボール（ボール、笛、得点板） ⑧卓球（卓球台、ラケット、ネット、ボール） ⑨ソフトバレーボール（ネット、ボール）</p> <p style="text-align: center;">ほか 詳しくはお問い合わせ下さい。</p>			<p style="text-align: center;">団体・個人で準備するもの</p> <p><input type="checkbox"/> テニスのラケット、ボール</p>	
手順	<p>①使用する前に、事務室へ申し出てください（道具の貸し出しを行っています）。</p> <p>②疲れてきたら休憩をとり、水分補給など健康管理をしてください。</p> <p>③終了後、後片づけと清掃を行います。</p>				
留意点	<p>①長者ヶ原運動公園及び徳地体育館の使用を希望する場合は、山口市の施設なので徳地地域交流センター 0835-52-0217への事前の予約が必要です。</p> <p>②やまぐちサッカー交流広場の使用を希望する場合は、0835-56-0888へ直接ご連絡ください。</p> <p>③道具の出し入れの際は、器具等の扱いには十分注意してください。</p> <p>④使用后、道具は、必ず元の位置に戻してください。</p> <p>⑤使用后、清掃をお願い致します。</p>				
方法(内容)	<p>屋外スポーツ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー場<長者ヶ原運動公園（1～2面）、クヌギの森キャンプ場（1面）> ・ソフトボール<長者ヶ原運動公園（2～3面）、クヌギの森キャンプ場（2面）> ・テニス<長者ヶ原運動公園テニス場（2面）オムニコート> <p>屋内スポーツ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン、卓球、ドッジビー、ドッジボール、バレーボール、バスケットボール <p>屋外レクリエーション</p> <ul style="list-style-type: none"> 綱引き、縄跳び、インディアカ、キャッチ・ザ・スティック、ソフトベタンク、ターゲットバードゴルフ 				