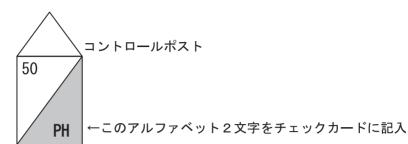
活動名	オリエンテーリング(OL)											
概要	グループで、自然の家周辺に設置し テーリングポストを見つけ、得点や います。											
時 期	通年(降雪時不可) 所要時間 1	~3時間	人 数 1 グループ 8 人以下が目 安									
活動の持つ		協調性を育む	0									
効果(特質)	②やり遂げた達成感を味わう。											
準備物 	青少年自然の家で貸し出すもの		本・個人で準備するもの									
		]筆記用具	W 1 T - C > H A T H ( ) 10\									
			※小雨で行う場合雨具(かっぱ)									
	③解答   ④能よけ用ベル	」虫除けスプレ	ーが必要です。									
	⑤ゼッケン											
	⑥机・いす (本部用)											
	(7ストップウォッチ (本部用)											
	⑧無線機(連絡用)											
手 順	①活動の30分前までに、団体の担当	4者と自然の家	職員との打合せをします。									
	②引率者が危険箇所等に配置します。											
	③自然の家職員が、参加者に活動方法やルールを説明します。 ④実際に活動を開始します。											
		(連絡用)    分前までに、団体の担当者と自然の家職員との打合せをします。   危険箇所等に配置します。   職員が、参加者に活動方法やルールを説明します。   動を開始します。   採点・集計します。   ・ゴールの本部用の机、いすは必要に応じて使います。   ・セのL用の記号「スタート(△)、ポスト(○)、ゴール(◎)」は理解して										
	⑤終了後,採点・集計します。 ①スタート・ゴールの本部用の机,いすは必要に応じて使います。											
留意点	①スタート・ゴールの本部用の机,いすは必要に応じて使います。											
		-ト (△), ポク	スト(○), ゴール(◎)」は埋解して									
	おきます。	: - <del>}-</del>										
	③クループでスタート、コールします。 ④ゲーム中に、他のグループに付いていったり、教え合ったりしてはいけません。											
	⑤体調を崩したり、棄権(リタイヤ)したりするときは本部まで戻ります(戻れない											
	ときは、近くにいる先生に相談し	(ます)。										
	⑥危険なので(虫・動物)草むらに	る先生に相談します)。 動物) 草むらには入らないようにします。										
活動例	●地図上に示されたコントロールポストに点数(スコア)がつけられており、規定 間内(通例90分ですが、団体が独自に設定しても構いません)にできるだけ多く											
	つけて、ポスト得点と時間得点(		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,									
	●参加者の実態に合わせて, コース	の範囲・規定	時間を変えても問題ありません。									
	①エントランスゲートから、一斉にスタートします。											
	②どんなルートを通っても構いませ	たん。地図上で	作戦を立てて計画的に動きます。									
	(距離や難易度によって得点の差があります。)											

# ガイドブック

③コントロールポストを見つけたら、それに書かれてあるアルファベット 2 文字をチェックカードに記入します。

例



- ④ゴールのエントランスゲートまで戻り、採点します。
  - ・ポスト得点…最高545点(合計)・時間得点…超過時間1分毎に5点の減点

# <ポイント・オリエンテーリング>

- ●指定された全てのコントロールポストを所定の順序で通過し、そのタイムを競います。
- ●コース (ルート) は任意で設定します。
- ①グループ毎に、時間差(3分~5分間隔)を設けて順にスタートします。
- ②設定したコース (ルート) に従い、スタートからゴールまで進みます。

### チェックカードの見本

#### マコアオリエンテーリング チェックカード

	Z:	コアオ	"II	ンテー	-1/2	7	チェゥ	71	- 1					
グループ名						氏名								
・ゴー ・スタ ・所 引	- ル 時 fi ート時 fi 要 時 fi	0 0 0	85 95 ND	9 9 9		ポスト	得点 +	時間得	 点	総合得点				
#21-28	51	5 2	53	5 4	55	56	5 7	58	5 9	60				
配点	(20)	(10)	. (10)	(5)	(10)	(10)	(25)	(5)	(5)	(5)				
f199									,					
\$1128	61	62	63	6 4	65	66	67	68	69	7 0				
配点	(5)	(5)	(5)	(5)	(10)	(5)	(15)	(10)	(15)	(15)				
f177				,										
机化器	7 1	7 2	7 3	7 4	7 5	7 6	77	78	7 9	8 0				
旅館	(20)	(10)	(10)	(10)	(10)	(20)	(10)	(10)	(5)	(5)				
£179	,													
#11-129	8 1	8 2	83	8 4	85	8 6	8 7	88	8 9	90				
配点	(10)	(10)	(10)	(10)	(10)	(15)	(10)	(20)	(15)	(10)				
f179														
机工工工	9 1	92	93	9 4	95	96	9 7	98	99					
配点	(25)	(10)	(10)	(5)	(10)	(10)	(20)	(20)	(10)	0				
					_	_		-	_	· M				

### 地図(オリエンテーリングマップ)の見本



## 集計表の見本

#### スコアOL無計品

NO	疵	8	リーダー氏名	スタ	— h 115	間	<b>f</b> -	ル時	岡	所要	時間		ポスト得点	時間得点	総合得点	颗	Ð
				89	Я	8	mb.	Я	ь	1950	n	8				Т	
				89	Я	8	RŞ	Я	ь	時間	n	Ð				Г	Т
				19	57	Ð	RŞ	H	Ð	時間	分	89					_
				10	Ð	Ð	M\$	B	8	時間	n	8				Т	_
				10	Я	8	89	B	ь	10/00	57	8				Т	_
				10)	n	8	119	H	8	10/00	n	8				Т	_
				13	n	8	115	H	ь	M\$ (2)	分	8					
				15	n	8	15	分	8	時間	分	89				Т	_
				RŞ.	Я	8	略	Я	ь	時間	分	8				Т	_
				15	分	89	13	n	8	時間	n	8				Г	
				113	分	완	10	H	B	10/00	分	Ð				Г	
				HŞ	n	в	65	H	8	#8/EE	分	8					
				RŞ.	n	89	15	B	8	時間	分	89					
				RŞ.	分	8	10	分	Ð	時間	分	B				Т	
				HŞ	分	8	10	H	8	10,00	9	8				Г	
				113	n	8	10	A	B	明報	分	8					
				113	9	8	19	n	8	M-100	9	8				Т	