



雪上運動会

梵珠少年自然の家

1 活動のねらい

- 雪を使って体を動かす活動をとおして、雪国の自然に親しむことができます。
- 協力しながらグループで活動することによって、交流を深めることができます。

【教科への対応】 小学校：体育、学級活動など

【組合せ可能な活動プログラム】 スノーランド遊び、チューブそり遊び（プラそり遊び）
スノーシューハイキング、雪のようせいづくりなど

2 活動の概要

雪上で、宝探しゲームやそり引きリレー等の体を使った様々な活動を行います。グループ対抗で得点を競い、冬期の運動会として楽しむことができます。

- (1)人数 80人以内
- (2)対象 どの年齢でも実施可
- (3)期間 1月上旬～2月下旬
- (4)時間 1～1.5時間（説明20分＋活動40～70分）
- (5)場所 星見の広場、営火場、キャンプ場
- (6)経費 無料
- (7)指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。

3 準備物

団体	救急薬品
個人	帽子、手袋、長靴、冬の野外活動に適した服装、着替え（替えの靴下など）
自然の家	各種目で使用する用具一式、無線機（8台）

4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として全体の総括、指揮、連絡にあたる。
活動支援者	数名。子どもたちの活動を支援し、安全と事故防止に努め、緊急時に対応する。



<スノー・タワーの活動風景>



<そりリレーの活動風景>

5 活動の流れ

	内 容															
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> 各種目のルール、安全管理、服装（防寒着・帽子・手袋）について説明 用具の貸出、活動準備等 															
	<ul style="list-style-type: none"> 対象学年や活動時間に応じて数種目選択して競技を行う。 ※1 種目ごとに順位や得点を発表し、勝敗を告げます。 <p><幼児・低学年向け></p> <table border="1"> <tr> <td>宝探しゲーム (リレー競技)</td> <td>雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。</td> </tr> <tr> <td>雪玉入れ競争 (団体競技)</td> <td>半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。</td> </tr> </table> <p><中・高学年向き></p> <table border="1"> <tr> <td>そり引きリレー (リレー競技)</td> <td>チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート</td> </tr> <tr> <td>スノー・タワー競争 (団体競技)</td> <td>チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す</td> </tr> </table> <p><共通></p> <table border="1"> <tr> <td>雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)</td> <td>雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。</td> </tr> <tr> <td>スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)</td> <td>モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキットル）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。</td> </tr> <tr> <td>雪上パタンク (団体競技)</td> <td>各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。</td> </tr> </table>		宝探しゲーム (リレー競技)	雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。	雪玉入れ競争 (団体競技)	半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。	そり引きリレー (リレー競技)	チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート	スノー・タワー競争 (団体競技)	チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す	雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)	雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。	スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)	モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキットル）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。	雪上パタンク (団体競技)	各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。
宝探しゲーム (リレー競技)	雪上に置かれた宝箱（カップ）を1人1つずつ見つけて持ってくる。宝箱の中には、得点となる宝石や金貨などが入っていて、チームの合計得点を競う。															
雪玉入れ競争 (団体競技)	半径3mの円の中心にそりを置き、そりに雪玉を入れる競争。制限時間終了後、そのの中の雪の重さをはかり、多く入っている（重い）チームが勝ち。															
そり引きリレー (リレー競技)	チーム内でペアと順番を決めてから行う。そりで折返し地点（コーン）をまわって交代（リレー）する。 ※リレーする回数がそろっているのを確認してからスタート															
スノー・タワー競争 (団体競技)	チームで協力して雪を積み上げ、制限時間内にどれだけ高いスノー・タワーを作れるかを競う。 ※チームにバケツを貸し出す															
雪上しっぽ取り ゲーム (個人・団体競技)	雪上の決められたスペースの中で、背中（腰のあたり）に付けたしっぽ（ひも）を取り合うゲーム。個人戦でもグループ対抗でも実施できます。															
スノー・モルックた おし競争 (リレー競技)	モルックという棒を投げて、雪上に並べられた12本の的（スキットル）をたおすゲーム。規定の場所まで走り、的を狙って棒を投げる。たおした的と投げた棒を拾って、次の人にリレーする。全ての的を早くたおしたチームの勝ち。															
雪上パタンク (団体競技)	各チームに6球ずつ球をわたし、交互に得点の記された的を狙って投げる。全ての球を投げた後、どちらのチームの得点が多いかを競うゲーム。															
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> 感想発表 後片付け、借用物品の返却 															

6 実施上の留意点

- 各種目のルールについて把握しておく。
- 人数を合わせる必要がある種目に関しては、グループごとの人数調整を図る。
- 冬の屋外での活動なので、事前・事後の健康管理に気をつける。
- 営火場やキャンプ場で行う場合、トイレはないので出発前に必ずトイレを済ませるようにする。

7 安全に実施するためのポイント

- 荒天時は中止する。