

時 期	年間	時 間	1時間半程度
難易度	☆☆☆	対 象	どなたでも



リングリングゴルフ (RRG)



<活動の概要>

ゴルフのルールと同様に、起伏に富んだコースを巡り、それぞれの的を目指してゴム製の輪(リング)を投げながらゴールを目指す競技で、個人戦とグループ戦のどちらもできます。

投げたリングが障害物となる木に当たったり、バウンドして地面の微妙な変化で思わぬ動きをしたり、思い通りになかなかならない楽しい競技です。またグループでリングを投げてキャッチすることなどを通して、コミュニケーションを深めたり、チームワークを高めたりすることにもつながります。

コースは自然の家を中心にして、7ホールが設置されており、コースごとに基準回数が設定されています。

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立若狭湾青少年自然の家

活動のねらい

- 自然の中で活動することで、自然を身近に感じ、自然と親しむ。
- 仲間と協力し、競い合いながらチームワークを高める。
- ルールを守って行動し、安全に対する意識を高める。

準備物

自然の家で準備しているもの	個数	置場所	団体(個人)で準備するもの
リング スコアカード リングゴルフマップ 無線	55個 必要数 必要数 1、2台	【事務室】 【事務室】 【事務室】 【事務室】	筆記用具 帽子 履き慣れた運動靴 雨具(できれば上下で分かれたもの) 飲料水(1L以上を推奨) 救急用品 携帯電話 予備飲料水 等

コース図

自然の家の周辺を1周するコースを設定しています。



活動内容(手順)

	項目	内容	備考
活動前	準備	<p>〈事前〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ コースは必ず下見を行い、危険箇所等を事前にチェックしておいてください。 ○ 引率者の配置は計画的に行い、緊急時の連絡方法も確保してください。 ○ 活動のための5～8人程度のグループを決めます。 ○ 競技でもあるので、表彰も検討をしておくことで参加者のモチベーションが上がります。 ○ 個人で競う方法(個人戦)と班やグループで競う方法(団体戦)があるので、どちらにするかはあらかじめ決めておいてください。 <p>〈当日〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 事務室で無線を貸し出します。 ○ 「森の活動計画書」を事務室にてご提出ください。 ○ 集合場所は、玄関前広場を想定していますが、他団体も使うことがあるので、事前打ち合わせ等で確認してください。 	
10～15分	活動方法の説明と安全指導	<ul style="list-style-type: none"> ○ ルール説明をしてください。 ○ 投げる順番を決めてください。 	
60～90分	活動	<ul style="list-style-type: none"> ○ 個人戦、団体戦を参考に、団体に楽しんで活動してください。 	
15～20分	ふりかえり	<ul style="list-style-type: none"> ○ 参加者の人数と健康状態の確認をしてください。(何かありましたら、すぐに事務室に報告して下さい) 	
	片付け	<ul style="list-style-type: none"> ○ 借りた備品を必ず事務室に返却してください。 	

ふりかえりの視点

- 自然の中でどんなことを感じたか
例) 風、音、投げやすい場所など
- 活動をするにあたって協力したこと
例) どんなことを協力できたか、協力するために意識したことは何か
- 活動をするにあたって気をつけたこと
例) 個人で意識したこと、グループで意識したことなど

<個人戦の流れ>

- ① 投げる順番は、1ホール目の第1投は、じゃんけん等で決めます。2投目以降は、ゴールから遠い順に投げます。
- ② 1人1人にリングを配布し、グループごとにスタート地点から出発します。
- ③ 投げる時は、軸足を動かしてはいけません。
- ④ 投げてからリングが完全に静止するまでは、リングに触らないようにしましょう。リングが完全に静止するまでにリングに触れると、2投加算のペナルティになります。
- ⑤ リングを投げ、リングが落ちて止まったところからまた投げる。
- ⑥ リングの輪がゴールの柱に入ったら、ゴールとなる。
- ⑦ 1つのコースが終わるごとに、投げた回数をスコアカードに記入します。
- ⑧ リングを紛失した場合は、事務所まで申し出てください。弁償していただくこともあります。

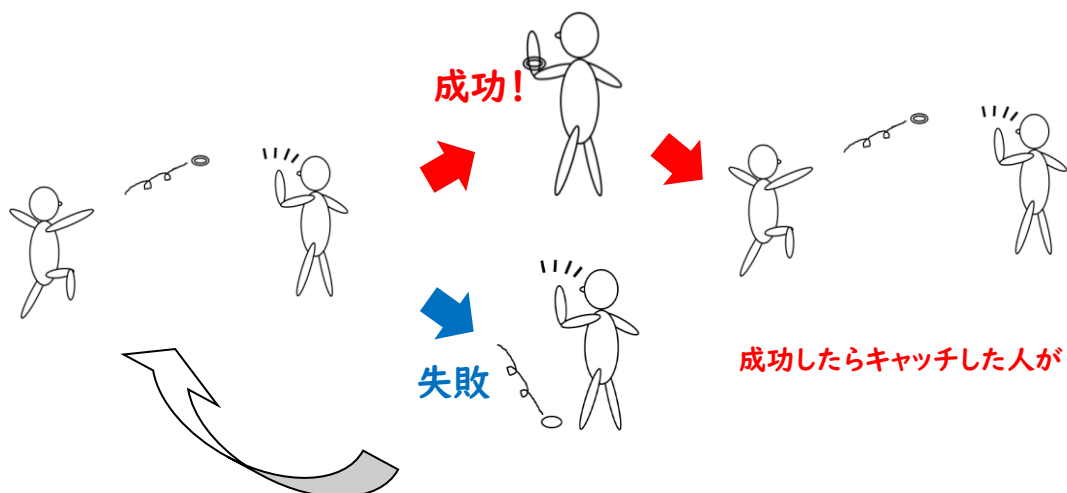
(売店で販売 815円)

<団体戦の流れ>

- ① 団体戦の投げる順番は、相談して決めます。ホール途中での投げる順番の変更はできません。各ホールのスタート前であれば、投げる順番を変えることができます。
- ② グループに1つリングを配布し、1人が投げて1人がキャッチする練習をします。その際、投げる人とキャッチする人の距離を相談してください。キャッチする人の手は、指先が集まるようにしましょう。
- ③ 投げる順番を決めてからスタート。
- ④ 投げる時は、軸足を動かしてはいけません。
- ⑤ 投げてからリングが完全に静止するまでは、リングに触らないようにしましょう。リングが完全に静止するまでにリングに触れると、2投加算のペナルティになります。
- ⑥ 成功したら、キャッチした人が次の人に向けて投げる。失敗したら、もう一度同じところから投げる。投げた人は、キャッチが成功するまでその場を動かないようにね!
- ⑦ キャッチする人がゴールの柱にふれながらキャッチしたらゴール!
- ⑧ リングを紛失した場合は、事務所まで申し出てください。弁償していただくこともあります。



(売店で販売 815円)



指導上の留意点

- 山の中は崖状になっている場所や階段があります。足元には十分注意し、走ってリングを追いかけないでください。また、リングが崖下に落ちても、子どもたちだけで無理に取りに行かないようにしてください。
- 車道に出るところなどに引率者を配置してください。
- グループごとにまとまって行動してください。
- 山の中を歩きますので、長袖、長ズボン、帽子の着用をおすすめします。
- 指導、連絡用に携帯無線機を使用してください。他団体との調整で、希望台数をお貸しできない場合がありますので、あらかじめご了承ください。