

アーチェリー（AR）

概要・教育的効果

洋弓を使用的を射ます。自分の心と体の状態を捉え、的の中心に当たるように工夫します。高い得点を目指し、姿勢や力を調整することで、巧みな動きを高めることができます。また、心静かに射ることで、集中力を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※小雨実施可 ※荒天時の代替プログラム不可		
指 導 形 態	外部講師が指導	引率者数	1名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上，20～50名まで ②用具の関係上，10班に編成し，左利きの方は1班に集める		
実 施 場 所	アーチェリー場（30m×30mの芝生地，矢を射る場所からの的までは12m）		
所 要 時 間	準備，後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1人 200円		
当施設が貸し出すもの	アーチェリー用具一式，スコアカード，鉛筆		
各団体で持参するもの	弦がひっかからないような上着，運動靴，雨具，飲料水，虫よけ（指の痛み防止のため、軍手（すべり止め無し）があるとよいです。）		

2 標準的な日程（午後の活動は，13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50～9:00	打 合 せ	外部講師 引 率 者	外部講師との打合せ
～9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導，事務室へ集合の報告，活動者掌握
9:00～9:30	説 明	外部講師 引 率 者	概要説明，用具配付 用具配付補助
9:30～11:30	実 技	外部講師 引 率 者	指導 監視，安全指導，スコアカードの記録
11:30～12:00	振 り 返 り	引 率 者	用具破損の有無の確認，用具返却，整列挨拶指導

3 実施上の留意点

- (1) 左利きの人を1班に集めます。事前に利き手を把握して班編成をしてください。
- (2) 当日の人数により，班編成の変更をお願いすることがあります。
- (3) 事前に活動者名簿を提出し，活動前に名簿により活動者を確認してください。
- (4) 基準以上の得点を出した活動者には認定証を発行しますので，活動後速やかにスコアカードを事務室へ提出してください。