

スラックライン

木などを利用して二点間に張り渡したベルト状の専用ラインの上で楽しむスポーツです。綱渡りのようなスポーツで、バランス感覚などを養います。

対象				時期				時間			
小学校高学年～一般				通年				30分～1時間			
期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション力	体力	生命の尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決力	課題発見力
○	○			○			○	○	○	○	○
準備物											
〔自然の家が準備できるもの〕 <input type="checkbox"/> スラックライン道具一式						〔団体・利用者が準備するもの〕 <input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 水筒（飲料用） <input type="checkbox"/> 指導者					

【活動の流れ】

- 事前説明 自然の家職員より、指導者・参加者へのルール説明（注意事項の確認）
- 活動開始 複数で行うと転倒などの危険があるため、一人ずつ行うようにする。
※活動の内容によっては、複数でも可。
- 活動中 指導者は、全体を見通しながら安全確認を行う。
怪我のないよう十分注意して行う。
- 活動終了 スラックラインで使用した道具を、自然の家職員へ返却する。

【ルール説明】

- スラックライン上を綱渡りのようにして、端から端まで渡り歩く。
- 固定されたひもに捕まってスラックライン上を跳んだり、跳ねたりしても面白い。

【注意事項】

- バランスを崩しやすいため、引率者の十分な補助や指導が必要。
- 体調を考慮しながら、休憩や水分補給を行う。



【活動の様子】

