

活動プロC-10（レク・スポーツ活動）  
フロッカー（室内カーリング）

事前  
指導

フロッカーは、室内で行うカーリングです。目標を設定し、グループで協力しながら、フロッカーを目標に限りなく近づけて勝敗を決める活動です。

1. 活動場所：体育館（バドミントンコートを使用）、総合活動館  
所要時間：1～2時間（人数に応じて）

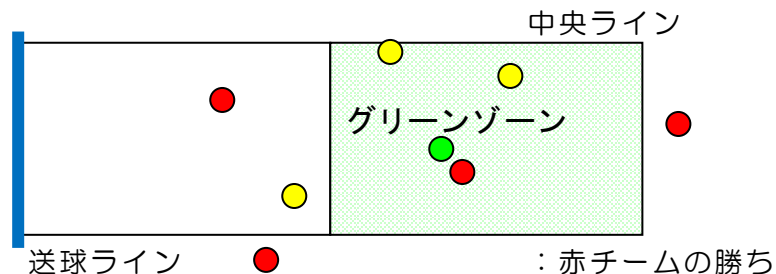


2. 準備

自然の家 （体育館）	フロッカー（2セット）、 コーン
個人・団体	特になし

3. 実施方法

- (1) 送球ラインからターゲット（緑）を送球する。  
グリーンゾーンに停止しない場合は、相手チームに権利が移る。
- (2) ターゲット（緑）がグリーンゾーンに停止した後、先攻チームの一人がターゲット（緑）に向けフロッカー（赤）の送球をする。
- (3) 後攻チームの一人がターゲット（緑）に向け、フロッカー（黄）の送球をする。
- (4) その後、交互に送球する。
- (5) ターゲット（緑）にもっとも近いチームが勝ちとする。
- (6) コートはバドミントンコートを利用して行う。



4. 実施上の留意点

- (1) フロッカーに体重をかけないように指導する。
- (2) 班員は必ずまとまって行動し、前に人がいないことを確認してから送球する。
- (3) 人数が多い場合は、トーナメント方式で実施する。
- (4) ルールは、実態に応じて柔軟に変更してもよい。