

室内スポーツ

プログラムの概要・ねらい

プレイホールでは、様々な室内スポーツを楽しむことができる。

集団活動として工夫をし、計画的にスポーツを行うことで、協力、公正などの社会性を育むことができる。

場所	プレイホール（半面の貸出）	3 すべての人に健康と福祉を	4 質の高い教育をみんなに	16 平和と公正をすべての人に
時間				
値段	無料			
季節	年間	人数		
準備物				
【利用者】 体育館履き、活動に適した服装、救急用品など				
【自然の家】 各スポーツ器具・用具一式				

①準備

用具を使用する場合は、サービスセンター受付でプレイホールの倉庫の鍵と必要な道具を受け取る。
プレイホールの倉庫から使用するスポーツの器具、用具を出し設置する。
※バレーボールを行う場合は、サービスセンター受付でクランクを受け取る。

②スポーツの種類

- バレーボール 2面・・・プレイホール半面で1コート使用
ドッジボールのコートとしても使用可能（ドッジボール専用のボールはない）
- ミニバスケットボール 2面・・・プレイホール半面で1コート使用
- バスケットボール 1面・・・プレイホール全面で1コート使用
- バドミントン 2面・・・プレイホール全面で2コート使用
- 卓球 3台・・・プレイホール半面または全面で5台まで使用
- フットサル 1面・・・プレイホール半面または全面で1コート使用
- 硬式テニス 1面・・・プレイホール全面で1コート使用
- 長縄 3本
- 綱引き 2本
- クライミングウォール・・・人工壁を3m、6m、9mに添って登る。
（別紙「クライミングウォール」参照）
- アヒルホッケー 2面・・・プレイホール半面で1コート使用（別紙「アヒルホッケー」参照）
- ドッジビー 2面・・・プレイホール半面で1コート使用（別紙「ドッジビー」参照）
- バルバレー（風船バレー） 2面・・・プレイホール半面で1コート使用（別紙「バルバレー」参照）
- シットイングバレーボール 2面・・・プレイホール半面で1コート使用（別紙「シットイングバレーボール」参照）
- ポッチャ（ユニバーサルポッチャ）・・・用具3セットまで使用可能
（別紙「ポッチャ（ユニバーサルポッチャ）参照」）



※安全には十分に気を付け、怪我のないように留意する。

③後片付け

備え付けの掃除用具で、プレイホールの床をモップがけする。
使用した機具や用具を倉庫の元の場所へ片付ける。
倉庫の鍵とサービスセンターから借りた道具をサービスセンター受付に返却する。
器具や用具に破損や故障があった場合は、サービスセンター受付へ連絡する。