

No.	118	モルック(屋外、屋内)			
概要	○フィンランド発祥のスポーツゲーム ○モルック(棒)を投げて、スキttl(数字が書かれたピン)を倒す。 倒れた本数などで、得点を競う。				
内容	人数(人)	60~70人程度まで	時間	1.5~2時間	
	対象	どなたでも	時期	通年	
	場所	グラウンド(荒天時は体育館または多目的ホール)			
	指導形態	自主活動 事前の説明のみ 直接指導			
安全管理	引率者による監視と職員による巡回				
ねらい	○参加者の交流、レクリエーションの一環として気軽に楽しむ。 ○ルールやマナーを守ることを学ぶ。				
準備	施設から貸出	○モルック一式…1~8セット <一式の内容> ・モルック(1本)、スキttl(12本) ・スキttl配置シート、得点表シート、ルール説明カード(各1枚) ○足元の目印(三角コーンなど)			
	団体で準備	○季節に合った活動しやすい服装 ○体育館シューズ(体育館使用の場合)			
	確認事項	○1チーム何人でもよいが、人数が多いほど投げる回数は少ない。 (活動しやすい人数、チーム数:1チーム4人程度まで、2チームで1セット使用) ○自主活動で実施する場合は、説明カードをもとに取り扱いやルール、マナーについて確認したうえで道具を貸し出す。 ○活動に慣れるまでは、職員または講師が審判として支援することもできる。 ○練習の状況やゲームの進行状況によって、ゲームの難易度を調整しても良い。			

		内容	留意事項
活動前		○職員と打ち合わせを行う ・ねらい、活動場所、終了時刻の確認 ・物品の受け渡し	○グループ編成、対戦チーム分けを事前に考えておくが良い。
説明	説	○ゲームのルールや進め方、得点の取り方 ・実際に活動をしながら説明する。 ○注意事項 ・投げ方、道具の取り扱い方 ○マナー	○得点を競い合うことだけでなく、ゲームをみんなで楽しむことも大切にする。 ○引率者は、活動中は自分の周辺での安全を含め、見守りを行う。 ※職員は様子を見て回る。
	活	①コート of 広さを確認 ・4隅に三角コーンなどの印を置く ②説明を聞く ③練習 ④ゲームを行う ・投げる順番やスキttlの起こす向きなどグループ内で相談しながらゲームを行う。 ⑤まとめをする。 ・活動中に感じたことや感想などを自由に話し合う <評価ポイント> ・仲間への思いやりをもつことができたか ・決められたルールや、相手チームへのマナーを守ることができたか	○時間が許す限り何ゲーム行っても良い
開		⑥片付け、掃除、点検 みんなで片付けや使った場所の掃除をする。	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>1 2本のスキttlにモルックを投げて、スキttlを倒す。倒した分だけ得点を獲得。得点を加算していき、相手よりも先に合計50点びったりになったチームの勝ち！</p> <p>(あそびかた)</p> <p>1. モルックを投げて、スキttlを倒す <やくそく> モルックを投げる時、必ず下から優しく投げる! 投げ方にはいくつかフォームがある。そのときの状況や距離に応じて、使い分けができる。</p> <p>2. 得点を記録 ~得点方法は2通り~ ○ 1本だけ倒れた場合 倒れたスキttlに書かれている数字がそのまま得点に！ ○ 複数本倒れた場合 倒れたスキttlの本数分が得点に！ (例：4本倒れたら、4点獲得！)</p> <p>3. 倒れたスキttlを立てる 倒れた位置と同じ場所に再び立てる。</p> <p>4. 後攻チームに交代する ・相手よりも先に合計50点びったりになったチームの勝ち！ ・50点を超えてしまった場合は、25点から再スタート！</p> <p>3回連続でスキttlを倒せなければ失格！</p> </div>