

## 2. フライングディスクゴルフ【所要時間 95分～175分 100名】

(1) ねらい 所の敷地内に設置してある14ホールを班員が協力しあって回り、判断力・想像力・気力・体力を養い、フライングディスクゴルフの知識と基礎技術を身につけさせる。

(2) 事前指導・準備

- 児童・生徒：身軽な服装，帽子，タオル，防虫剤
- 引率者：班編成（8名まで），安全確認係，救急薬品
- 所員：所内フライングディスクゴルフマップ，記録用紙，筆記用具，ディスク，ゼッケン，防虫剤

(3) 指導上の諸注意（引率者）

- ルールを守って，投げる人の前には出させない。
- コース以外では，投げさせない。
- ホールが混雑したときは，前の班が終了するまで待たせる。
- ディスクが木や建物にかかった場合は，予備ディスクを使用する。

(4) 活動展開例

活動内容	時間(分)	児童・生徒の活動と活動への支援	備考
1. 集合，点呼をする。	5	●体調の悪い時は，引率者に申し出る。	●つどいの広場
2. 活動内容の説明を聞く。	10	●班ごとに用具を受け取る。	●ディスク
		●ディスクの持ち方，投げ方，スコアの記入の仕方を理解する。	●フライング
		●施設・設備や植え込みをいためないように十分注意する。	●ディスクゴルフマップ
3. 練習する。	10	●ディスクを投げて感覚をつかむ。	
4. スタートする。	60	●班ごとに仲よくスタートし，一人ずつ投げる。	●ゼッケン
	140	●安全確認係はコースを巡回して事故防止につとめる。	●記録用紙
			●安全確認係
5. 集合し，まとめをする。	10	●成績を発表し，活動全般について感想を話し，用具の後始末をする。	

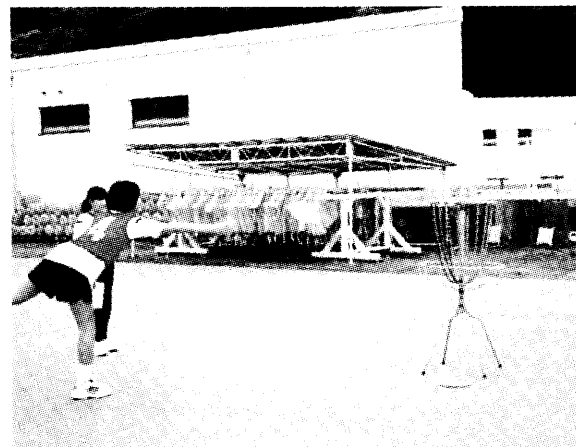
- 備考 ①20名以内であれば，1番ホールから順に回らせる。  
 ②21名以上であれば，分かれてスタートさせる。  
 ③人数，時間によって各ホールからスタートさせる。  
 ④人数が多い場合は，次の方法で（団体競技）スタートさせる。  
 ●2人がペアになり交互に投げさせる。  
 ●班員が順番に交替して投げさせる。  
 ⑤班長に予備ディスクをわたす。

## ルールの説明

- スタート位置に片足を置いて、プレーを開始する。手からディスクが離れる前に足がスタート位置を踏み越した場合は、ペナルティーとして一打付加する。
- 各ホールのスタート位置については、地図を見る。
- 2投目以降は、ディスクが止まっている位置が基準となり、片足を置いて投げる。その際、助走はできない。
- ディスクが取れない場合は、トラブルがあった場所からゴールに近づかない場所に移してペナルティーとして一打付加して投げる。  
(ディスクが取れるが投げにくい場所については、ゴールに近づかない場所に移して投げる。)

※ディスクが取れない場合は、所員に必ず申し出る。

(木、プール、屋根、川、山の斜面に落ちて取れない場合)



# フライングディスクゴルフマップ

