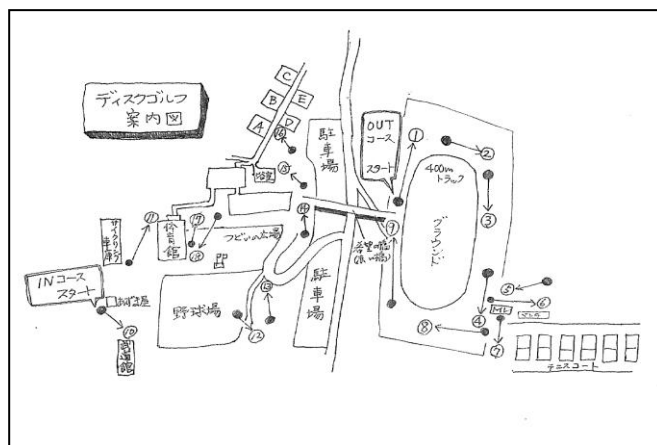


「ディスクゴルフ」研修



団体名()

ディスクゴルフ 記録用紙

ディスク番号			名前	名前	名前	名前	名前	名前
ホール	距離 m	PAR						
1	40	4						
2	40	4						
3	30	3						
4	30	3						
5	30	4						
6	30	4						
7	25	3						
8	35	4						
9	50	4						
OUT 310		33						
10	30	3						
11	50	4						
12	20	3						
13	35	5						
14	10	3						
15	10	3						
16	20	3						
17	30	4						
18	55	5						
IN 260		33						
計 570m		66						

《競技方法》

- (ア). 最初のスタート順を決める。
- (イ). スタートのホール番号と同じ番号のゴールに向けて、順番に第1投目を投げる。
- (ウ). 2投目からは、前に投げたディスクが止まった地点から投げる。(順番は、ゴールに遠い人から)
- (エ). ゴールしたら、それまで投げた回数をスコアカードに記入する。
- (オ). 次ホールに移動し、前ホール投げた回数の少なかった人から投げる。
- (カ). 全ホール終了したら、集合場所にもどり、スコアカードを指導担当者に提出する。

「ディスクゴルフ」研修



国立江田島青少年交流の家

「ディスクゴルフ」研修

◆ 概要

フライングディスクを使用し、より少ない投球数で専用ゴールに投げ入れることを競う。

◆ ねらい

- グループで活動し、協調性を養う。
- 江田島の自然とふれあい、自然愛護の心を育てる。

◆ 指導者、人数など

対象	小学生以上
指導	各団体
人数	180人まで(ディスク枚数上限)
1グループ	6人程度
実施時間	1～3時間(ハーフ1～2, 全2～3)
実施場所	所内
実施時期	通年



専用ゴール



スタート看板

◆ 準備物

	準備物	必要数
1	☆スコアカード	グループ数
2	☆筆記用具	グループ数
3	タオル	個人
4	帽子	個人
5	飲み物	個人
6	フライングディスク	人数分*最大180枚
7	☆バインダー	グループ数
8	☆救急セット	1

☆…交流の家にあるもの



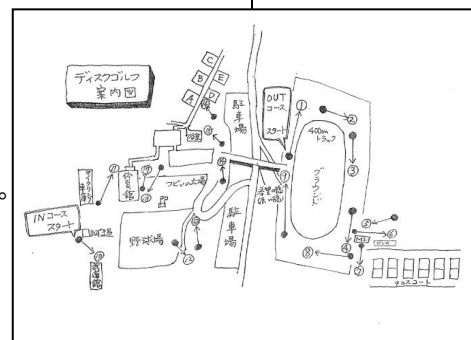
フライングディスク

◆ 展開

		団体指導者の動き	職員の動き
導入 (10分)	課題・ ルールの説明	<p>以下の説明をする。</p> <p>【注意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・他人に当てないように、気をつけてディスクを投げる。 ・コースから外れない。(深い草むらの中には入らない。) ・ディスクの軌道の特徴をつかむ。 ・自然環境の保全に努める。 <p>※かぶれる木(ハゼ・ウルシ等)や有毒生物(マムシ・ムカデ・ハチ等)に注意!</p> <p>※マムシの写真を見せながら説明。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ディスクの飛んだ方向や位置をよく確認し、紛失しない。 ・火気の取扱いはしない。 ・適宜休憩をし、水分補給する。 <p>【ディスクを紛失した場合】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・茂みや林に入った場合、グループで探す。ただし、深い草むらの場合は入らない。 ・見つからない場合は、指導担当者に「ディスク番号」と「見失った場所」を連絡し、新しいディスクを受け取って続ける。(OBとなり2打プラスとし、再度同じ場所から投げる。) ・連絡を受けた指導担当者はディスクを探す。 <p>※ディスクを紛失した場合は実費負担の弁償となる。</p>	なし

「ディスクゴルフ」研修

		<p>【課題】 全18ホール（ハーフは9ホール）で、各ホールで少ない投数でのゴールを目指す。</p> <p>【競技方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループ（基本人数は6人）で活動する。 ・グループ内での競技方法 <ol style="list-style-type: none"> ①最初のスタート順を決める。 ②スタートのホール番号と同じ番号のゴールに向けて、順番に第1投目を投げる。 ③2投目からは、前に投げたディスクが止まった地点から投げる。（順番は、ゴールに遠い者から） ④ゴールしたら、それまで投げた回数をスコアカードに記入する。 ⑤次ホールに移動し、前ホール投げた回数の少ない者から投げる。 ⑥全ホール終了したら、集合場所にもどり、スコアカードを指導担当者に提出する。 <p>【コースにおける注意点】</p> <p>IN コース</p> <p>NO.10 高台にあるので気をつける。 NO.13 NO.14 への移動は車に注意する。 NO.15 右側の竹やぶでディスクがよくなくなるので注意する。 NO.16 通行中の人に気をつける。 NO.17 人や車の移動に気をつける。 NO.18 研修中の団体に注意する。</p>	
<p>活動中 (40~160分)</p>	<p>各グループに分かれて実施</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・グループ毎にホールを回らせる。 ・ホールごとにかかった投数をスコアカードに記入させる。 <p>*大人数で実施する場合は、グループ毎にスタートホールを割り振る。 (例) Aグループ1ホール(スタート)→2ホール→・・・ Bグループ2ホール(スタート)→3ホール→・・・</p>	<p>なし</p>
<p>まとめ (10分)</p>	<p>ふりかえり</p>	<ol style="list-style-type: none"> ① 指導担当者はスコアカードを回収する。 ② 指導担当者は救護担当者に指示して健康観察をさせる。 ③ 指導担当者はスコアカードの集計をし、順位を決定する。 ④ 指導担当者はまとめ（成績発表・講評）をする。 <p>*活動中の気付きを促進・共有するためにグループごとの発表にフィードバックを行う。</p> <ol style="list-style-type: none"> ⑤ 指導担当者は研修生とともに事務室横の倉庫にディスクを返却（整理整頓）する。その際紛失したディスクがある場合は、その旨を交流の家（事務室）に申し出る。 ⑥ 指導担当者及び救護担当者は借用物品を交流の家（事務室）に返却するとともに、終了報告をする。 	<p>貸し出し物品の数量を確認する。</p>



◆ 連絡先

一般電話番号 緊急連絡用電話番号

江田島青少年交流の家 Tel. 0823-42-0660 0823-42-0661