

活動プロC-8 (レク・スポーツ活動)
フリスビーゴルフ

事前
 指導

フリスビーゴルフは、フリスビーを使い、なるべく少ない回数で、ディスクキャッチャーに入れるという活動です。初心者でもすぐにできます。

1. 活動場所、所要時間

活動時間・・・みどりの広場

所要時間・・・1時間

2. 準備

(1) 準備物

自然の家 (東準備室)	フリスビー(63枚)・カラーコーン(6個) ディスクキャッチャー(総合活動館東:6台)
個人・団体	帽子、飲み物など

(2) 役割

- ・みどりの広場(1名)・・・・・・・・・・・・・安全指導

(3) 班編成

- ・1グループ6名ぐらい。最大6グループまで同時に活動可

3. 実施方法

(1) オリエンテーション

- ・活動方法 ・グループ編成 ・留意点

(2) コースの設定

例) ショートホール(20m) }
 ミドルホール(30m) } × 2
 ロングホール(40m) }

※グループ数、人数により適宜設定する。

(3) ゲームの進め方

- ①各グループに別れ、それぞれのグループ毎にジャンケンで投げる順番を決める。
 投げる場所はコーンから。
- ②1回目が投げ終わったら、2回目以降はディスクキャッチャーから遠い順に投げる。
 ※前方に人がいないのを確認して投げる。
- ③全員が終わり次第、次のコースへ移動する。前のグループが終了していない時は、全員が終わるまで待つ。
- ④2ホール目以降の投げる順番は前のホールでスコアの最も少ないプレイヤーから始める。6ホールの投げた回数が最も少ないプレイヤーが勝ちとなる。

(4) 後片付け・・・ディスクキャッチャーを総合活動館東側に片付ける。

