

# 活動プロC-9 (レク・スポーツ活動) グランドゴルフ



グランドゴルフは、ゴルフをアレンジしたもので子どもから高齢者まで幅広く親しまれており、場所を選ばず、ルールも簡単、時間制限がないという誰でも気軽に楽しめる活動です。また、体力や集中力の向上、コミュニケーションや協調性を育むことができる活動です。

### 1. 活動場所、所要時間

活動場所・・・みどりの広場、野営場

所要時間・・・1時間

### 2. 準備

自然の家 (東準備室)	グランドゴルフクラブ(30本)、 ボール、スタートマット(8個)、 ホールポスト(8本)
個人・団体	帽子、飲み物、虫よけスプレーなど



### 3. 実施方法

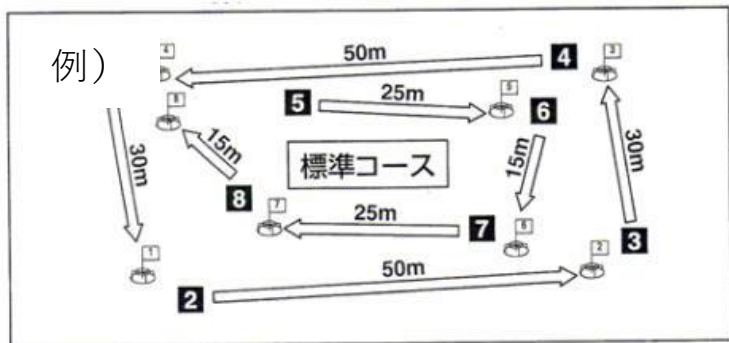
#### (1) オリエンテーション

- ① 活動方法・・・準備や後片付け、ゲーム内容の説明
- ② グループ編成(4人一組が望ましい)
- ③ 留意点
  - 〔クラブを振り回さない。
  - 打つときは必ず声をかける。
  - 〔周りに人がいないか確かめる。

#### ④ コース設定

#### (2) ゲームの進め方

- ① すべてのコースをパースリーとします。少ない回数でホールポストに入れたほうが勝ちとします。ホールインワンをした場合は、合計打数より3打マイナスすることができます。



- ② 指定されたホールからスタートします。

(例) 1組目: ①⇒②⇒・・・・⇒⑧  
 2組目: ②⇒③⇒・・・・⇒① 等

- ③ 1打目をスタートマットの上にセットし、ホールポストを目指して打つ。
- ④ 空振りは打数に数えません。
- ⑤ 小石、草、葉っぱなどを取り除いたり、移動させたりすることはできません。
- ⑥ プレーヤーの打ったボールが他のプレーヤーのボールに当たった場合は、打ったプレーヤーのボールは止まった位置から、当てられて移動したボールは、元の位置にもどってから打つことができます。
- ⑦ ゲーム中の判定は、プレーヤー自身やそれぞれの組の人が行います。