



野外活動

フライングディスクゴルフ

対象	時期	人数	所要時間	活動場所	費用	指導員	関連動画
小学校 中学年～	5月～11月	40人	1.5～2時間	フライング ディスク ゴルフ場	— ※日帰り料金あり	—	—

概要

フライングディスク（フリスビー）を使用して、的木に当たるまでの投盤数を競い合うゲームです。コースすべて、パー3にセットしてあります。4人のグループで9ホールを回り、勝敗は合計投数で決定します。

準備物

団体で用意するもの

- ・筆記用具

自然の家で貸し出すもの

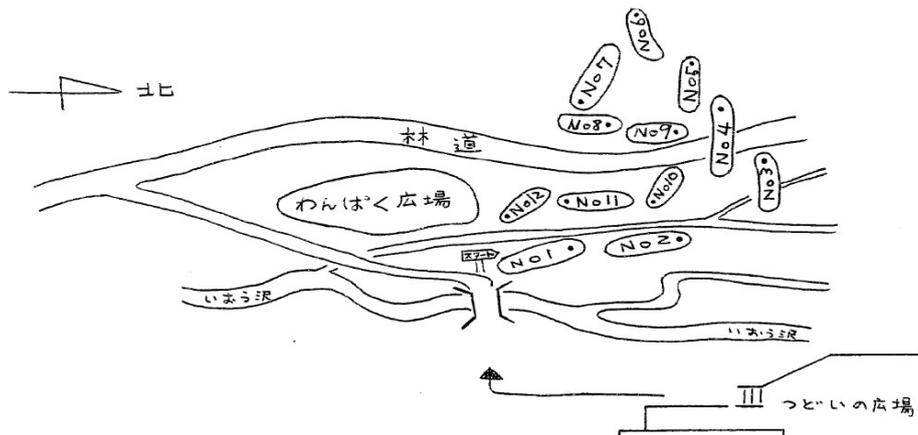
- ・フライングディスク（フリスビー）
- ・コース案内図
- ・得点表（スコア表）
- ・バインダー

活動例

- (1) 活動前開始に、事務室に来て得点表とバインダーを借りる。ディスク（フリスビー）は「木曾」の前の部屋から借りる。
- (2) 玄関前やつどいの広場に集合し、班編成、人数・健康状態の確認を行う。
- (3) ゲームの内容やルールについての説明を行う。
- (4) フライングディスクゴルフ場に移動し、競技を開始する。
※先頭のグループが1ホールを終了した後、次のグループがスタートしていく方法で行うが、待ち時間が長くなるので2つの班に分け、1ホールと7ホールから始めるようにすると流れがよくなる。
- (5) 得点表を出し合って順位を決定する。
- (6) 表彰式を行う。
- (7) 本館に戻り、借りた用具を返却する。

<競技方法>

- ・1グループは4名以内とし、定められた位置からスタート（第1投）する。
- ・ディスク（フリスビー）の止まった地点までを1投とする。
- ・第2投以降は、ディスク（フリスビー）の止まった地点に片足を置き、もう一方の足は横か後ろにおいて投げる。また的木から一番遠くの位置の人から順に投げる。
- ・最初のコース以外は、前のコースでのスコアの良い順とする。



フライングディスクゴルフ スコア票

班・グループ名 ()

ホ ル No.	距 離 (m)	なまえ	なまえ	なまえ	なまえ
1	27				
2	19				
3	22				
4	27				
5	32				
6	36				
7	40				
8	25				
9	31				
計	259				