

フライングディスクゴルフ(FDG)		スポーツ・ニュースポーツ	
活動内容	フライングディスクゴルフは、ボールのかわりにディスクを投げ、バスケット型の専用のゴールに、何投で入れられるかを全18ホール(または9ホール)のトータルスコアで競うスポーツです。	対象年齢	小学生以上
		活動時間	2時間
準備物	各団体・個人	筆記用具	
	自然の家	フライングディスク、記録表、コース案内図、板ばさみ	
活動例	<p>(1)集いの広場に集合する。</p> <p>(2)ゲームの説明を行います。 <ul style="list-style-type: none"> ・グループをつくります(4~6名に事前に編成しておく。) ・ゲームの内容、方法、投げ方について説明を行います。 </p> <p>(3)ゲームを開始します。 <ul style="list-style-type: none"> ・競技方法 ①じゃんけん等で順番を決めてスタート位置からディスクをスロー(投げ)します。 ②2投目からは、ゴールに遠い人からスローします。全員がゴールへ入れ終わったら、各自のスロー数を記録して次のホールへ進みます。 ③次のホールからは、前のホールでスロー数が少なかった人から投げます。 ※ディスクは転がしても、すべらせても構いません。 ※OB区域内(道路上や川、立入禁止区域など)にディスク全体が止まった場合はOBで、1ペナルティが課せられ、OB区域に入った地点からの次のスローをします。 ※木の上にディスクが止まった場合は真下にマークし、そこから通常のプレーを続けます。 </p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>スタート位置</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>ゴール</p>  </div> </div> <p>・ゲームの運営(どの方法で実施するかは活動時間を考慮し団体で決定してください。)</p> <ol style="list-style-type: none"> ①集いの広場又は、宿泊棟を使用し、9ホール回る ②集いの広場又は宿泊棟を使用し、9ホールを2回回る ③集いの広場終了後宿泊棟横に移動し、あわせて18ホール回る ④全体を2グループに分け、集いの広場、宿泊棟に分かれてホールを回り、終了後場所を交代してホールを回る <p>・ローテーションの方法</p> <ol style="list-style-type: none"> ①先頭グループが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 ②各ホールに振り分けて一斉にスタートする方法 <p>(4)記録表を出しあって順位を決定します。</p> <p>(5)表彰、まとめをします。</p>		
	留意点	<p>(1)開始と終わりにディスクの数を確認してください。</p> <p>(2)お互いにルーツをしっかりと守り、楽しくゲームができるようにしましょう。</p>	