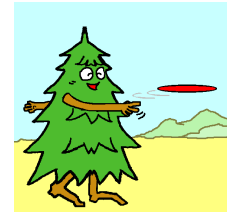


ディスクゴルフ



大阪府立少年自然の家 野外活動プログラム

ねらい	自然の中で、簡単なルールを守り、判断力、考察力、体力、協力の精神を育む
活動場所	自然の家所内 9ホール
所要時間	1時間30分～
対象	小学校低学年～
費用	フライングディスク1枚レンタルにつき100円

<ルールと展開方法>

- 個人、またはグループの代表者が順番に、設置されたスタート地点に立ち、コースのゴールポストを目標に、フライングディスク（以下、ディスクと略）を投げる（以下、スロー）
- ディスクが停止した場所から再度スローを行う。ゴールポストにディスクが入るまでスローを行い、何投で入れたかをスコア表に記録する。

<スローの順番の決め方>

- 最初のホールのスローはジャンケンで順番を決める。以後のホールについては、前回のホールでもっとも良いスコアだった人（スローの回数が最も少ない人）から順番に投げますが、同点だった場合はジャンケンで決めます。
- 各ホール内のスローは、スコアに関係なく、ゴールまで最も遠い人からスローしてください。
- コースをOBした場合は、現在のスコアに+1し、その地点から最も近い場所からスローします。

Sprit of the Game

フライングディスク競技にはフェアプレー精神が強く根付いています。プレーヤーは「Sprit of the Game」を合言葉に、紳士的なプレーとフレンドリーな仲間意識を持って競技に参加します。そのため、ディスク競技には審判がないのです。

ファールは自らがアピールする形で、お互いにルールを守って競技を進めます。

また、いわゆる『frisbee』は商品名であり、正確にはフライングディスクと呼びます。