

1 活動のねらい

手軽に軽スポーツを楽しみながら、グループや仲間同士のコミュニケーションを深めることができます。

2 活動の概要

ドッチビーとは、軟らかい素材のフライングディスクを使ったチーム対戦型のニュースポーツです。ドッチボールとほぼ同様のルールで、相手チームの内野をすべて倒したチーム、または制限時間の終了時に内野人数の多いチームの勝ちとなります。



3 人数・時間・場所

- (1) 人数 20名～80名程度
- (2) 期間 通年
- (3) 時間 1～2時間
- (4) 場所 体育館、ホール（晴天時、つどいの広場等でも可）

4 指導及びゲームの方法について（例）

活動は、用具貸出後、団体の自主活動となります。

- ・1ゲームの標準時間は、5分以上10分以内。
- ・ゲーム開始時には外野に1人以上を配置すること。最初から外野のプレーヤーも、相手の内野プレーヤーをアウトにしなければ内野に入ることはできない。
- ・じゃんけん（正式規則ではフリップという、ディスク競技独特の方法）をして、最初のディスクの所有権とコートを決め、ゲームを開始する。
- ・顔や爪先など、体のどの部分に当たってもアウトになる。
- ・ディスクをキャッチしたプレーヤーは、5秒以内にディスクを投げなければならない。
- ・外野プレーヤーが相手の内野プレーヤーをアウトにした場合には、すぐに内野に入らなければならない。
- ・相手コート内にあるディスクを、手や足を伸ばしてとることはできない。

標準のコート



5 活動の流れ

活動の流れ	利用団体の動き	備考
準備	・代表者は事務室からドッチビーディスクを借り、コートを設定する	・当施設のホールの場合は、ラインテープ（ビニルテープ等）を持参ください
活動	・自主活動	
終了	・研修場所の復元と清掃 ・用具を元の場所に戻し、事務室へ返却	・屋外で活動した時は、最後に用具に付いた土をしっかりと拭き取る