

慶應義塾大学 シラバス・時間割

体育実技A（フライングディスク） 25

担当者名	村山 光義
単位	1
年度・学期	2025 春
曜日時限	木3
キャンパス	日吉
教室	陸上競技場
授業実施形態	対面授業（主として対面授業）
登録番号	98740
設置学部・研究科	体育研究所
学年	1, 2, 3, 4
評語タイプ	S, A, B, C, D
科目概要	本授業は、FLYING DISC の専門競技の紹介と実践を通じて新たなスポーツ文化を理解・吸収することをねらいとしています。空中を浮遊するDISC を本能的に追いかける「人間の営み」を実体験し、その不思議な魅力に触れてほしいと思います。
K-Number	IPE-CO-00119-411-59

[▼ 詳細](#)

授業科目の内容・目的・方法・到達目標

先ず本授業では、履修者の密集を回避するための授業運営を実施しますのでご理解ご協力お願い致します。

本授業は原則としてオンキャンパス（対面）で実施します。

対面形式授業に参加できない学生への対応はできません。

FLYING DISC とは通称「フリスビー」と呼ばれる円盤を使ったスポーツの総称で、数多くの専門競技があります。本授業は、こうしたFLYING DISC の専門競技の紹介と実践を通じて新たなスポーツ文化を理解・吸収することをねらいとしています。DISC は多様な飛行特性を持ち、飛距離の世界記録は338.0m、滞空時間は16.72秒です。このDISC を遠くへ、思う所へ投げることはとても難しく、投げ方も一通りではありません。そして空中を浮遊するDISC を本能的に追いかける「人間の営み」を実体験し、その不思議な魅力に触れてほしいと思います。

能動的学修形式 [説明](#)

実験、実技、実習
グループワーク
PBL (問題解決学習)

準備学修（予習・復習等）

フライングディスクの技能と競技のルールや文化性に関する予習・復習。参考資料の参照および映像資料の視聴（e-learning）による（30分程度×5～10コンテンツ）。

授業の計画

第1回

イントロダクション

基礎投法 技術練習 (バックハンスロー・サイドアームスローなど)

第2回

基礎投法 技術練習 (バックハンスロー・サイドアームスローなど)

第3回

基礎投法 技術練習 (バックハンスロー・サイドアームスローなど)

第4回

基礎的技術確認のための記録会 (遠投・アキュラシー競技 (的通りゲーム) など)

第5回

個人競技 ディスクゴルフ ラウンドほか

第6回

個人競技 ディスクゴルフ ラウンドほか

第7回

集団ゲーム アルティメット競技 導入

第8回

集団ゲーム アルティメット競技 導入

第9回

個人競技 ディスクゴルフ ラウンドほか

第10回

個人競技 ディスクゴルフ ラウンドほか

第11回

アルティメット競技 発展

第12回

アルティメット競技 発展

第13回

アルティメット競技 発展

個人総合練習、ディスク文化・競技の理解度テスト

第14回

最終記録会 (遠投・アキュラシー競技ほか)

その他

フライングディスクに関する理解度テストに向けた学習 (e-learningを含む)

成績評価方法

授業回数の3分の2以上出席した者を対象に、平常点（取り組みの積極性、クラス内コミュニケーションなどの相互協力・対話に関する態度の観点[40%]、フライングディスクの技術・競技・文化に関する理解の観点[30%]）、技能点（フライングディスクの投法技能の向上度[30%]）をもって評価を行う。

態度の観点については教員の観察、技能点については記録会および教員の観察、理解の観点は小テストまたはレポートによる評価を行い、点数化する。

実施場所

陸上競技場

服装携帯品等

運動のできる服装と運動靴（必須）

雨天時の対応

映像を用いた技能・競技戦術の解説紹介などの講義

担当教員から履修者へのコメント

「FLYING DISC? フリスビーなんてただの遊びでしょ」と思ったら大間違い。専門競技の中では、投げ方はもちろん、風の読みやDISCの種類を選択など多くの要素による変化があります。また、集団ゲームのアルティメットは非常に激しいスポーツですし、ディスクゴルフは自己との戦いです。この新しいスポーツに是非挑戦してみてください。

本授業を履修する場合は大学保健管理センターが実施する定期健康診断を受診することが必須となります。健康診断結果が確認されるまでの期間は運動が制限され、未受診のままの場合は成績評価されません。

【今後の新型コロナウイルス感染症の動向等によっては、大学の対応に準じて授業形態および成績評価方法を変更する可能性があります。尚、変更を行う場合にはkeio.jp(Keio Canvas LMS)にてお知らせします。】

質問・相談

授業終了時に随時受け付けます。

連絡先：murayama@keio.jp