

## フライングディスク競技のアルティメットの授業実践（その1）

### — 男女共習型授業の実践を通して —

大島 寛

The development of the ultimate game for flying disc (1)  
— Based on teaching experiences of co-educational classes —

Hiroshi Oshima

#### 1. はじめに

大学体育の授業では男子のコース、女子のコースという指定はほとんどの大学でなされていないのが現状である。中学・高校の体育においては、男女間の性、体力、体格、運動能力差を理由に、ほとんどの学生が男女別で授業をおこなってきており、男女共習型の授業を受講することは初めてである場合が多い（八代，2004）。男女共習型の授業は男女間の性、体力、体格、運動能力差にかかわらず、個人の能力や可能性を尊重し、それぞれの良さを発揮して生きていくためにはどうすれば良いかを考える実践的な場となり、その意義は大きいと思われる（北田，1999）。男女共習型の授業を展開するには、体格・体力差のある男女学生がケガをせずにスポーツを学び、ゲームを楽しむことに留意しなければならない。ボール運動のように動きの激しい種目は、ゲームになれば速い動きが伴い、男女混合のチーム編成では男子学生が中心にゲーム展開する場面が多い。このことは、これまで男女共習型の授業の経験が少ないことやほとんどのスポーツ種目で男女混合部門を設けた競技が見受けられないことが原因と考えられる。体格・体力差を配慮する中で男女学生がそれぞれの役割を考え、ゲームプランを立てること（北田，1999）や必要に応じて独自のルールをつくることは、新たな授業展開の発見や教材研究にもつながる（高田，1977；高田，1979；中村，

1983）。体格・体力差のある男女学生がケガをすることなく生き生きとスポーツ活動に協力しながら取り組み、ゲームを通じて新しい仲間をつくることは、大学体育の役割のひとつであると考えられる。

フライングディスク競技のアルティメットにおいては競技形式に男女混合のミックサルティメットがある。2001年の秋田ワールドゲームズより男女混合でゲームをおこなうミックサルティメットが公開され、広いフィールドでサッカーやラグビーと同等の運動量を要する競技を男女が力を合わせて戦う様子を紹介した。日本においては今のところ、中学・高校の体育でフライングディスクを教材として経験している学生はほとんど見られないが、2012年度より中学校新学習指導要領のゴール型ゲームの中に陣取り型の種目としてアルティメットが採用されたため、今後の中学校体育の授業でアルティメットを経験する場面も増えると考えられる。男女共習型のクラスでフライングディスクのアルティメットを教材として学習するという点に関しては、学ぶ機会が少ないという理由から、教える側も教えられる側も経験が乏しく教材としては未知数のものであると考えられる。2012年度より中学校新学習指導要領のゴール型ゲームの中にアルティメットが採用されたことをきっかけに、今後中学・高校・大学の体育教員がアルティメットを教材として指導する際の手引やたたき台としてこの報告が参考資料

となれば幸いである。ここでは平成17年から平成24年までの8年間、フライングディスクの授業を選択した男女共習型のクラスのべ425名（男子学生56%、女子学生44%）の授業展開における方策と問題点を明らかにし、その実際について論じるものとする。

## Ⅰ. 教材としてのアルティメット

アルティメットはアメリカを中心に発展し、フライングディスクを使いパスをつないで相手陣地に攻めていく7人制のチームゲームである。アルティメットは1967年にニュージャージー州コロンビア高校のジョエル・シルバーによって「FRISBEE FOOTBALL」として考案され、1968年に初めてコロンビア高校の生徒会で「FRISBEE FOOTBALL GAMES」が行われた。その後改良され、現在のアルティメットの原型となるゲームが1969年にコロンビア高校で、男女混合チームの高校生と教員チームの間で行われたことから始まる。1970年には、アルティメットのルールが完成され、このとき唱われたゲームの精神「SPIRIT OF THE GAME」(審判は置かずお互いのプレーをお互いがジャッジする)<sup>注1)</sup>は、40年以上経った現在も受け継がれている。

1972年にラドガーズ大学とプリンストン大学との間で初めて大学のアルティメットの試合が行われ、29対27でラドガーズ大学が勝利したことは、ニューヨークタイムズで報じられている。1979年にはコロラド州ボルダーでアルティメット・プレーヤーズ協会(Ultimate Players Association)が結成され、各地で本格的に大会が開催されるようになり、この年第1回クラブチーム選手権が行われた。1983年にはスウェーデンで第1回世界アルティメット選手権が開催され、男女ともアメリカが優勝した。1989年にドイツで第1回世界クラブチーム選手権が開催され、この年開催されたワールドゲームズでもアルティメットが初めて紹介された。2001年のワールドゲームズ秋田大会でアルティメットが初めて公式競技として開催され、ミックスアルティメ

ットの部門でのみ競技された。2002年の世界クラブチーム選手権では24カ国から120チームが参加し、2300人が競技した。現在、世界フライングディスク連盟の加盟国・準加盟国の総数は81か国で、アルティメットは54カ国で競技され、アメリカでは3万人がプレーしている。

コートの大きさは、縦100m×横37mでゴールエリアは64mである。使用されるディスクは、ウルトラスター175Gで競技者は7人、交代要員を含めると28人がエントリーできる。国際試合では17点制で行われ前半9点でハーフタイムとなる。交代は点が入るたびに自由に何回でもできる。パスはディフェンスがマークについてストーリングコール<sup>注2)</sup>された場合は10秒以内に行わなければならないなどのルールが特徴である。ミックスアルティメットの場合は、女子が3人または4人以上出場すること、その決定権はオフェンス側チームにあることが特徴である。またアルティメットは審判を置かずお互いのプレーをお互いがジャッジするものであるため、審判がついてゲームをおこなってきた学生にフェアプレーを考えさせる教材であるといえる。アルティメットでは身体接触はファールとなるため、身体接触によるケガが起こる危険性は低いと考えられる。ボールゲームと比較しても、アルティメットは男女共習型の授業を展開する上で教材として適切な種目であると考えられる。

## Ⅱ. 基本技術の習得からゲームへの展開

アルティメットは、スローイング技術のある程度習得し、基本的なルールを学習すれば比較的容易にゲームを楽しむことができる。ゲームへ発展させるまでのスローイング技術の練習方法と学習隊形を下記に示した。また雨天時の副教材として「フライングディスク競技のアルティメットの授業実践」DVD版を使用し、実際の動き方を動画で学習した。

- ①スローイング(バックハンド・フォアハンド・アップサイドダウン)とキャッチング

ディスクをキャッチして味方にパスするため

にはスローイングとキャッチングの技術が必要である。バックハンド・フォアハンド・アップサイドダウンのスローイングがゲームで使われるスローとなるため、それぞれのスローイングのディスクの握り方と投げ方を指導した。スローイングとキャッチングの練習方法としては2人で10歩離れた距離で向かい合って行うものと、3人で正三角形に広がり行うものを実施した。

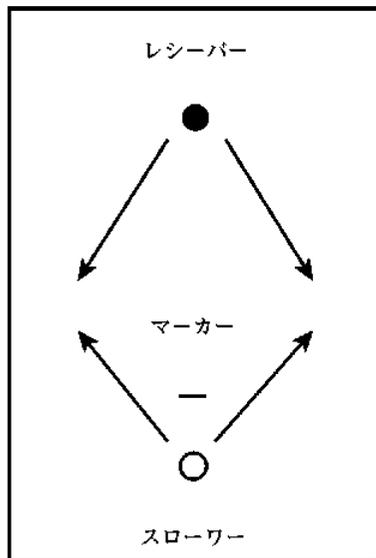
## ②ピボットとマーカ―

ゲームの場面ではピボットの技術が必要となる。マーカ―(スローワーにマークについているディフェンスプレイヤー)がいる場合、プレイヤーはピボットを使ってマーカ―の手の外側からスローしなければならない。バックハンドとフォアハンドのスローをマーカ―の左右どちらからも投げることができれば、比較的容易にゲームに移行できる。マーカ―はスローワーに正対するとストーリングコールをかける。このストーリングコールによりスローワーは10秒以内にスローしなければならない。スローワーのピボットとマーカ―のストーリングコールは同時に学習できるゲームに必要な技術である。

## ③マーカ―ブレイクドリル

ピボットを使ってバックハンドでスローする技術とピボットを使ってフォアハンドでスローする技術があれば、マーカ―の両サイドからパスを出すことができる。レシーバーはスローワーの左右どちらかのエリアに走り、スローワーはレシーバーにピボットを使ってパスを出す。この練習方法をマーカ―ブレイクドリルという。(図1-1)

- ・ピボットを使ってバックハンド側に走ってくるレシーバーにバックハンドでスローイング
  - ・ピボットを使ってフォアハンド側に走ってくるレシーバーにフォアハンドでスローイング
- 以上の2つの技術を学ぶことで、走ってくるレシーバーにマーカ―の左右からスローイングできるようになる。またパスを受けるレシーバーもスローワーの左右のエリアでパスを受け



レシーバー● スローワー○ マーカ――

図1-1 マーカ―ブレイクドリル (フェイクなし)

るイメージが養われる。

## ④マーカ―ブレイクドリル (レシーバーはフェイクを行う)

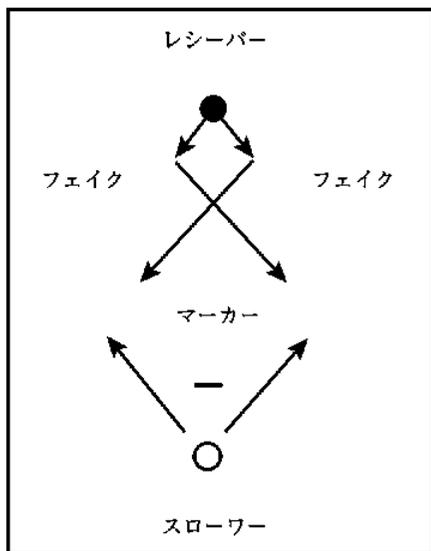
レシーバーの走り方は2通りある。1つ目はフェイク(ディフェンスを振り切るための疑似的な横の動き)をおこなわず、そのまま走ってパスを受ける方法である。2つ目はフェイクしてディフェンスの動きと逆方向に走ってパスを受ける方法である(図1-2)。

スローワーは走ってくる方向と反対側に一度ピボットを使ってからレシーバーにパスを出す。レシーバーのフェイクとスローワーのピボットは、いずれもディフェンスを騙すための技術であるためゲームに移行するための重要な課題である。

## ⑤ラダードリル (4人でディスクをつなぐ)

マーカ―ブレイクドリルである程度パスがつながるようになれば、複数のレシーバーでパスをつなぐラダードリルに移行する。バックハンドスローの連続プレーとフォアハンドスローの連続プレーを学習するドリルは一般的にラダードリルと呼ばれている(図2-1)。

このラダードリルをおこなうことによって、



レシーバー● スロワー○ マーカー—

図1-2 マーカーブレイクドリル (フェイクあり)

あらかじめ決められたパスルートを使って攻撃をおこなうセットプレーへと移行できる (図

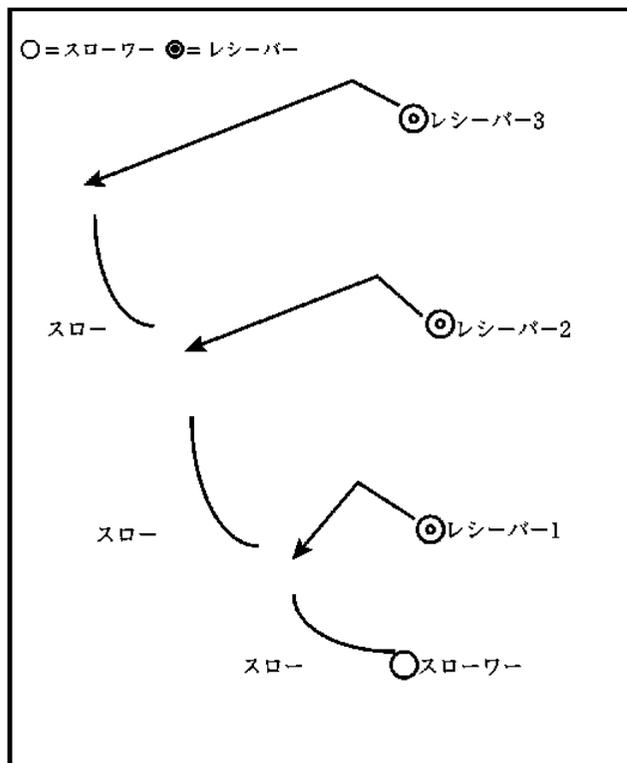


図2-1 ラダードリル

2-2).

セットプレーの利点はパスを受ける順番を決めておくことでパスエリアへのレシーバーの動きが整理され、レシーバーが重なり混雑することを防ぐことである。

⑥カットバックドリル (縦のフェイクを使ってレシーブ)

マーカーブレイクドリルでレシーバーは、ディフェンスを振り切るための疑似的な横の動きをおこなったが、カットバックドリルは縦の動きのフェイクを使ってマークをはずしてパスを受ける技術となる。ゴール方向に走ると見せかけることで、得点されまいとするディフェンスをあわてさせ、そのあとスロワーの方向にターンしパスを受ける技術である (図3)。

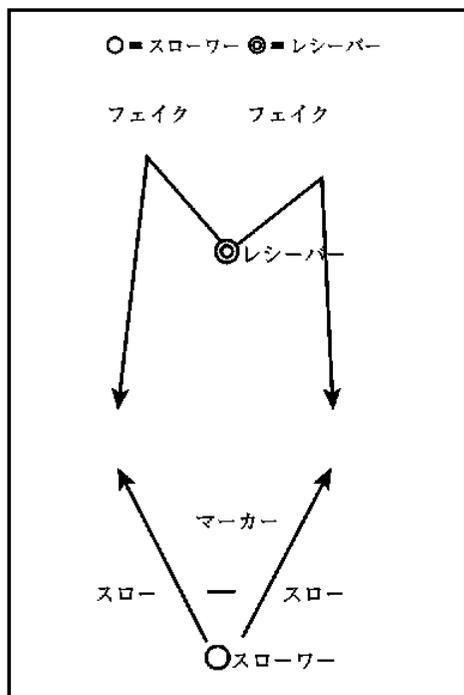


図3 カットバックドリル

⑦カットバックと GIVE&GO

GIVE&GO はサッカーやバスケットでよく見られる2人でパスをつなぐ基本的な技術である。スロワーはパスを出した後すぐにレシーバーからもう一度パスを受ける。この

## アルティメットの授業実践

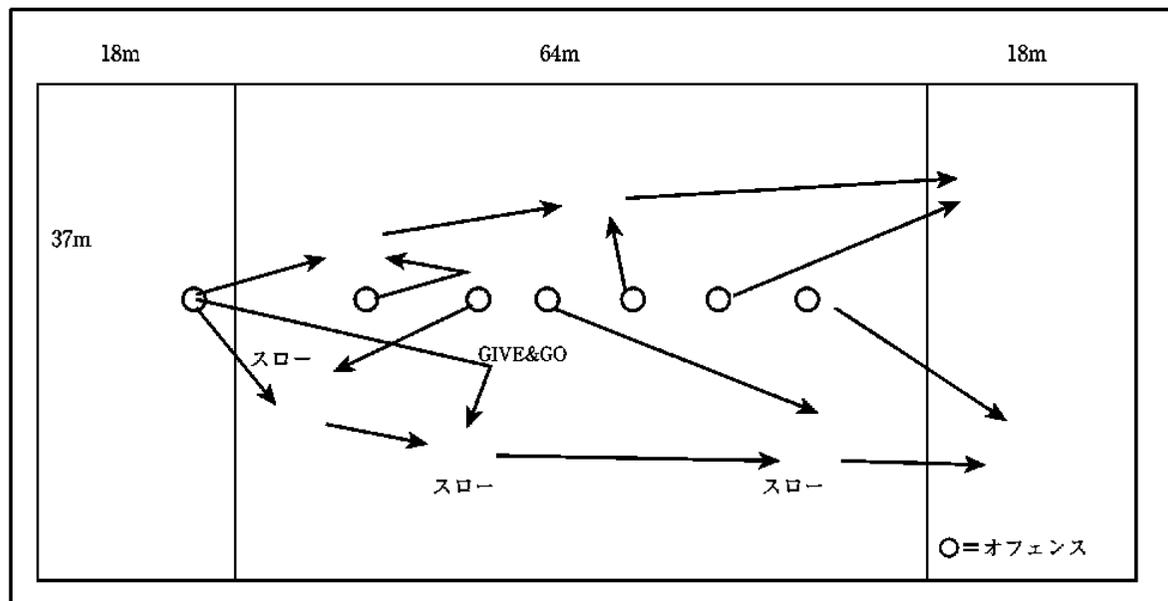


図 2-2 アルティメットコートとセットプレー

GIVE&GO の技術と先におこなったカットバックドリルを組み合わせることで、両方の技術を効果的に学ぶことができる (図 4)。

## ⑧ミニゲーム (3vs3, 4vs4) (図 5)

複数のプレーヤーでパスをつなぐことができるようになれば、3vs3, 4vs4 のミニゲームへ

移行できる。パスをつないでゴールを奪うことはアルティメットの最も楽しい部分であり、ミニゲームは 7 人制のアルティメットに発展させる上での重要な練習方法である。3 人もしくは 4 人の役割を決め、どのようにすればゴールできるかを考えることは、コートを使ったゴール型ゲームの醍醐味である。ミニゲームだけを実施する場合は、ラインを引いてミニアルティメットコートを作成しても良いが、ミニゲームの後フルコートのゲームを実施する場合は、コーンをゴールエリアの目印として設置し、ゴールエリアを作っても良い。ミニゲーム後、7 人制のゲームを実施する場合、ミニゲームのコートのラインとフルコートのラインが混在するため混乱を招く。そのようなことを避けるため、7 人制のコートはラインを引いて作成し、ミニゲームのコートはコーンだけでゴールエリアを作成する。グラウンドの大きさに応じてゴールエリアは自由に設定し、実施人数によって柔軟に対応する。ゲーム形式でミニゲームをおこなうことによってゲーム展開の方法やルールの確認ができ、スムーズに 7 人制のゲームに移行できる。

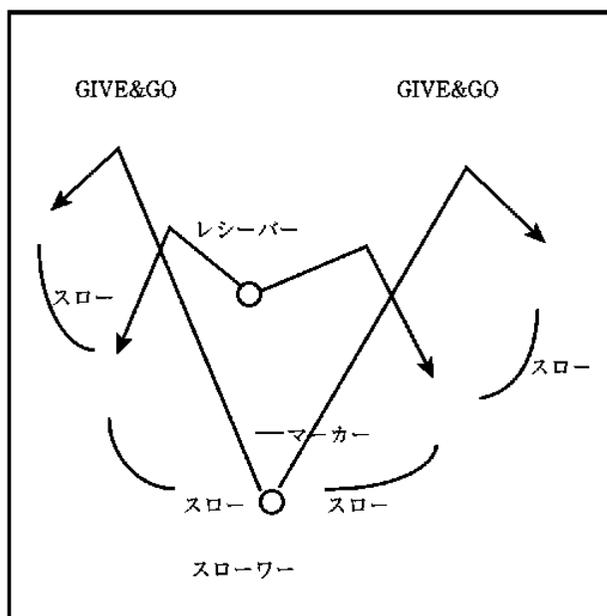


図 4 カットバックと GIVE&amp;GO

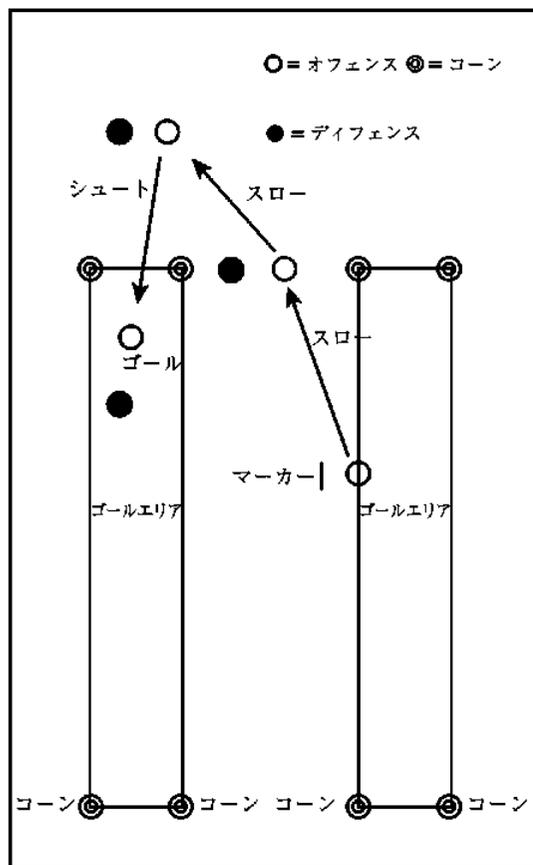


図5 ミニゲーム

ラインなしでコーンを用いてゴールエリアを作った場合は、サイドラインが無い。通常のアルティメットコートであればゴールエリアの横や後ろ側はOBエリアとなるが、サイドラインが無い場合は、ゴールエリアに対してどの方向から攻撃しても良いというルールで実施する。このルール変更の利点は、プレーを中断させることなく数多くのパスを投げさせることができることである。

#### ⑨ゲーム (7vs7)

通常のコートの大きさは、縦 100 m × 横 37 m でゴールエリアは 64 m である (図 2-2)。しかしながら、この大きさでコートを作ることは難しい場合が多い。グラウンドの大きさに応じて縮小してコートを作り 5vs5 から 7vs7 の範囲でゲームを行うことで対応する。ラダードリルや

GIVE&GO の技術を試したり、セットプレーにチャレンジすることでアルティメットのゲームの特徴のひとつである「パスをつなぐ楽しさ」を学習する。

#### Ⅳ. 男女混合ゲームのルール作り

男女共習型のアルティメットの授業を展開する上でどのような課題が生じるかを模索するため、試しのゲームを実施した。男女共習で学びゲームを楽しむことの意義と審判は置かず、セルフジャッジでゲームを行うことが、アルティメットの特徴であることを説明し、セルフジャッジで判断できない場合は、プレーを中断して話し合うこととした。アルティメットのルールの理解とおこりやすいファールを解説し、接触プレーなどの安全上の注意を行った後、男女混合 (男子 1~3 名, 女子 1~3 名) のチーム編成で 3vs3 もしくは 4vs4 のミニゲームを実施した。ゲーム終了後、グループ別にゲームを進めていく上での問題点を発表した。

- ① オフェンス側のプレイヤーが同時に同じエリアに動こうとする
- ② GIVE&GO の使い方を工夫したい
- ③ ロングシュートのミスが多くなるとおもしろくない
- ④ ターンオーバー後の速攻が多くなると疲れる
- ⑤ 風が強いとパスが難しい
- ⑥ フォアハンドが難しい

これらの意見を参考に、男女混合チームでゲームを行う上での解決策をグループ別に話し合いながらゲームを進めた。

①については、1 本目のパスを出す人ともらう人を決めておくこととパスを出せなかった場合のプレーを決めておくこととした。②の GIVE&GO は、陣地を獲得するのに有効なプレーであるが、ピハインドへのパスを使った GIVE&GO もゴール前では有効であることをアドバイスした。③についてはロングシュートとショートパスを使いわけることとピハインドパス

からのサイドチェンジを有効に使うこともイメージとして持つことをアドバイスした。④については、ミスが起きたあとオフェンスプレイヤーはディスクにゆっくり歩み寄って時間調整することもできることを指導。⑤と⑥は各自の個人技術にかかわることなので、時間をかけて練習することを教員側からアドバイスした。

## V. 特別ルールとゲームの実際

男女混合チームでゲームをすすめていく中で、女子学生のゲームへの取り組みが消極的であること、ディスクに触れる回数が少ないことが目立つため、その解消方法として以下の特別ルールを考案し実施した。

A案「男子は女子にしかパスできないが、女子は男女どちらにパスしても良い」

女子が2名入る場合は、女子がディスクに触れる回数を増やすことに有効なルールであるが、女子が1名の場合は、女子の運動負担が増えることとなった。女子のゲームへの積極的参加を促すには、有効なルールであると判断した。

B案「全員がディスクに触れなければシュートできない」

全員がパスを回している間に相手に奪われた場合は、もう一度初めからパス回しをしなければならない。最後に触れなければならないプレイヤーがゴールしても良い。

このルールはパスコントロールの技術と声による有効な指示が必要になるため難易度が高い。またゴールを狙う場面が少なくなるためゴールを奪うというおもしろみに欠けるという意見があった。利点としては、4人のチームと3人のチームがそのままコートに入って対戦できることである。人数の多いチームは、1人多くパスを回さなければならないので、人数のアドバンテージはあまり気にならない。全員がディスクに触れなければならないことは、ゲーム前のスロー練習になるため、冬場の授業でのウォームアップの1つとし

て有効であると判断した。

C案「女子がシュートして女子がゴールしたら3点、男子がシュートして女子がゴールしたら2点、女子がシュートして男子がゴールしたら2点、男子がシュートして男子がゴールしたら1点。」

A・B案は、パスの制限やルールの変更を行う形式であったが、C案は女子が得点シーンに絡むと高得点が得られるというアドバンテージを設定した。女子から女子のシュートで3点、また女子がシュートすること、キャッチでゴールに絡むことで、2点取れるというアドバンテージを利用して、各チームがゴール付近での女子の動き方やポジショニングを考える機会となった。

C案によるゲーム展開は、下記の学生の感想からも男女共習でアルティメットを学びゲームを楽しむことが意義深いものであることがうかがえた。

- ・女子同士なら3点や男子から女子なら2点というルール設定では、男女両方が楽しめるようになったと思います。何も制限のないゲームでは男子だけがディスクに触っている印象だったからです。
- ・男女合わせてのアルティメットについて多々、ディスクを取れず、男の子達に迷惑をかけましたが、ゴール付近で、女の子達にディスクを渡せるように配慮してくれました。女の子同士では、そういう配慮はないのですが、とてもいい体験ができました。
- ・普通ならゲームで女子は活躍しづらいですが、今回女子がゴールすると2点、女子がパスして女子がゴールすると3点というルールは、活用できれば試合が有利に進められ、全員が活躍できてとてもよかったです。また試合をしている中で、ロングパスが通りやすく、細かいパスをつなげて少しずつ攻めたほうが得点につながりやすいと感じました。
- ・女子がゴールすれば2点、女子から女子への連携でゴールすれば3点というルール、僕は

良いルールと思いました。女子と男子にはどうしても身体的な差があり、女子と男子が競り合いになれば女子が負けてしまうこともあると思います。そして、このルールがあれば、劣勢にあるチームが女子のプレーで逆転勝利を狙えるようになるので、勝っているチームは油断せずに、負けているチームは諦めずに、最後まで集中してプレーできるようになるので、男女混合でアルティメットをやる際には、このルールでやると良いと思いました。

- ・初めはとてもハードな競技で、女子がいても大丈夫なのかな？などと思っていましたが、バスケットやラグビーのルールに少し近いのにそれらと違い全然衝突がないうえに、女子を介して得点を決めると点数が上がるというルールで、さらにみんなが一丸になれたと思います。
- ・男子から女子へパスをしてゴールを決めると2点というルールは良かったです。男女間のコミュニケーションも取れて、いろいろ決めたりするのに早く決まったりして、また会話も増えて女子からも意見を出してくれる場面もあり、良かったです。
- ・男子のみの試合はもちろん楽しかったけど、女子も混ぜての試合のほうが楽しかったです。男子から女子の得点は2点、女子から女子の得点は3点というルールが良かったと思います。みんなで協力するのは当然なのですが、男女混ぜてやった時のほうが協力することが大切だと思ったし、そのおかげで話し合うようになり、アルティメットを楽しめました。
- ・女子が点をいれたら2点はいるなどのルールは、男子だけでパスをしあってゴールを決めるのではなく、女子も積極的に攻撃参加できていたので良かったです。この競技を通じて、新しい友達ができみんな仲良くできたのは、本当によかったと思いました。
- ・生まれて初めて、アルティメットという競技をしました。最初はディスクを投げるのも下

手くそでしたが慣れていきました。そして、試合をしてみて思ったことは、ゲームメイクがほかのどの競技よりも大切だということです。自分がディスクをキャッチしたら動けないというのが特徴的なので、周りを見わたす能力も必要だと感じました。また、女子がポイントすると得点が違うというルールは、試合において味方を認識するというにもつながると思いました。ゲームの幅が広がるのでよかったです。

- ・女子がゴールに入れたら2点、女子が投げて女子が受け取って点を入れれば3点という先生の提案で、私も積極的に加わるような環境で頑張ることができました。自分が行うだけでなく、他の人が試合を行っているのを見て、アルティメットは物凄くカッコいいスポーツだと感じました。テクニック、持久力、戦略などベーシックでありながら奥深いスポーツで、非常に魅力のあるスポーツだと思います。
- ・男女混合のアルティメットは楽しかったですが、やっぱり男子と女子の体力の差が全然違って、ほとんど男子にまかせっきりになってしまっていた部分もあると思います。でも、女子がゴールに入れたら得点が高くなるというルールがあったので、女子もゲームで活躍できる場面もありよかったです。

以上のように、アルティメットの既成のルールを変更することで、体格・体力差のある男女学生が個人の能力や可能性を尊重し、それぞれの良さを発揮するためにはどうすれば良いかを考えさせる実践的な場となった。

## VI. 視聴覚教材の活用

雨天時の授業を利用し、これまで行ってきたゲームの戦術理解とルールの補足説明をおこなった。ゲーム展開のイメージ作りができるように視聴覚教材を使用し、戦術面の学習を行った。代表的なセットプレーを説明し、ディスクの位置やプレーヤーの動きによって自在にフォーメーショ

ンを変形させていくことを学習した(図2-2)。コートの中をどのように動いて攻撃に結びつけるのかを考え、ディスクを持つプレーヤーとサポートするプレーヤーのポジションの取り方を学習し、各チームでポジションの決定などをおこなった。

また、ゾーンディフェンスとゾーンオフェンスの説明をおこない、マントウマンの攻防とは違ったゾーンの戦術も学習した。

ゾーンディフェンスは、マーカー・ミドルミドル・サイドマーカーの3人がスローワーを囲むカップディフェンスが特徴である。まずスローワーに対してマーカーがストーリングをかける。ミドルミドルはスローワーに対して正面のパスを防ぐ。サイドマーカーはスローワーからの斜め45度の方向のパスを防ぐ(ミドルミドル・サイドマーカーはスローワーから3m以上離れなければならない)。第1列ではカップディフェンス、第2列ではサイドミドルとショートディープがミドルミドルの左右のエリアへのパスを防ぐ。第3列ではサイドミドルとディープディープがロングパスを防ぐ。これに対しゾーンオフェンスは、ビハインドパスとサイドチェンジパスでカップディフェンスを揺さぶる。揺さぶりに対してマーカー・ミドルミドル・サイドマーカーのマークが甘くなったエリアに縦パスをつなぎ、ゴール方向にディスクを進めていく。ゾーンディフェンスは、サイドラインで待機しているプレーヤーもディフェンスに声をかけ、実際にディフェンスしているプレーヤーと共同でオフェンスにプレッシャーをかけるチームディフェンスである(図6)。これらの戦術を理解し、各チームで個人の能力や体格・体力差を考慮しながら攻守のポジションを決定した。

## Ⅶ. まとめ

アルティメットを教材として授業を展開していく中で、男女共習型の授業の良さは何かを考えた。いくつか考えられるが、一番は男女が思いやりの気持ちを持ちながら教え教わることではない

かと考えた。そのことを実現するためには、既成のルールを変更することが良いのではないかと考え、試行錯誤を繰り返す中でC案「女子がシュートして女子がゴールしたら3点。男子がシュートして女子がゴールしたら2点。女子がシュートして男子がゴールしたら2点。男子がシュートして男子がゴールしたら1点」の実施に至った。結果的には、既成のルールを変更することで、体格・体力差のある男女学生が個人の能力や可能性を尊重し、それぞれの良さを発揮するためにはどうすれば良いかを考えさせる実践的な場となった。毎時間行われるリーグ戦で反省材料を見つけ、そのことを次の課題として授業展開する中で、メンバー同士が協力し合って高得点のゴールに結びついたり、セットプレーやGIVE&GOを成功させたりすることは、問題解決能力を養う格好の場となった。

また、「できる」ことと「わかる」ことの関係(中村, 1983)の四つの類型にある「できないし、わかってもいない」、「できるが、わかっていない」、「できないが、わかっている」、「できるし、わかっている」というパターンに学生の行動を当てはめてみた。「できるし、わかっている」チームは、比較的早い時期から女子がゲームで機能するようになった。また、「できないが、わかっている」学生は、ゲームを作っていく上での有効な声を出すことができるようになった。「できるが、わかっていない」学生はロングシュートを多用してパス回しでゲームを作るイメージが欠乏しがちであった。「できないし、わかってもいない」学生は幸いにもほとんど見られなかったが、このような学生のモチベーションをどのようにして向上させるかは、チームの得点力の向上にもつながる。特にメンバー同士が協力し合って高得点のゴールを獲得するための手法をグループで考える場面では、「できる」ことと「わかる」ことの間関係を高いレベルで実現する機会を与えた。男女共習型の授業でアルティメットを教材としてグループ学習に取り組む場面では、四つの類型を参考に学生の授業への取り組みを観察することは興味深いことであると感じた。これらは、筆者の

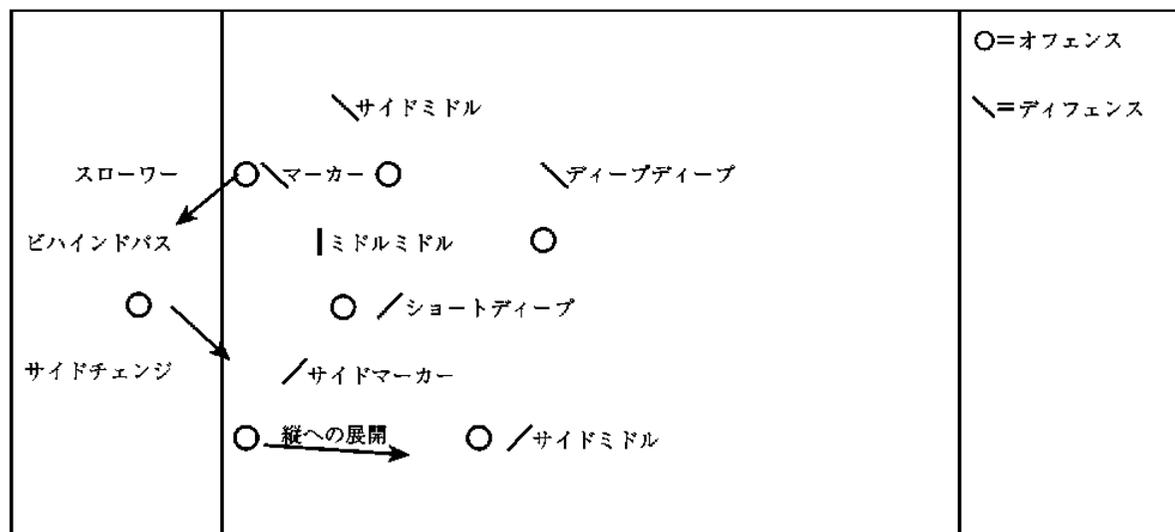


図6 ゾーンディフェンスとゾーンオフェンス

これまでの経験に則した観察でしかないが「できる」と「わかる」ことの関係の観察は今後も継続させたい。

自己表現やコミュニケーションの手段もスマートフォンの普及によって、さらに間接的なものに変容している。その中で大学体育の授業においては、教材を通して身体表現したり、他者とコミュニケーションをとったりする場を提供している。中学・高校を通じてアルティメットの学習経験がほとんどなく、普段あまり顔をあわさない男女の学生同士が、未知の教材を試行錯誤しながら学び、スポーツを通じて仲良くなり、良好な人間関係を構築する様子はスポーツの醍醐味であると再認識した。

今後も男女間の体格・体力の差を配慮する方法的側面と組織的側面に着目し、それぞれの可能性や個性を発揮させるためのルール作りや授業改善を課題として、男女共習型の授業に取り組みたい。

#### 注

1) お互いのプレーをお互いでジャッジするフライングディスク競技独特のルール、スピリット

ト・オブ・ザ・ゲームは、以下の5つの評価項目について5段階評価を行う。

#### 1. ルールの理解

根拠のないコールをしない。ルールを都合のいいように解釈していない。時間を守っている。ルールについて学ぶ姿勢を見せた、あるいは教えてくれた。

#### 2. ファールおよび身体接触

ファールや身体接触、危険なプレーなどをしないよう心がけていた。

#### 3. フェアプレー

ファールをした場合の謝罪があった。チームメイトの誤ったコールを正した。話し合いの末、自チームの意見を認め、誤ったコールを撤回した。

4. ポジティブな姿勢およびセルフマネジメント  
自己紹介があった。軽蔑的、挑発的な言葉遣いをしなかった。ナイスプレーを褒めてくれた。試合後のスピリットサークルなどで良い印象を受けた。

#### 5. 相手チームのスピリットと比較

ルールの理解、身体接触、フェアプレー、ポジティブな姿勢およびセルフマネジメントにおいて、相手チームのスピリットとの比較。

## アルティメットの授業実践

以下、公式ルールブックより抜粋

## 1 スピリット・オブ・ザ・ゲームについて

1.1 アルティメットは、接触禁止、セルフジャッジ制を用いた競技スポーツであり、すべての選手はルールに忠実でなければならない。アルティメットは、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」という各選手の責任感あるフェアプレーのもとに成り立っている。

1.2 本公式ルールは、いかなる選手も意図的にルールを破ることはないという前提で、反則に対する厳しい罰則は定めず、試合上で起こりえる状況を想定し試合をスムーズに進行させるための方法を示している。

1.3 選手は競技者であると同時に、審判としての役割をも果たすという認識をもつ必要がある。チーム間の仲裁にあたる際、選手は以下を順守すること。

- 1.3.1 ルールを熟知していること。
- 1.3.2 公正かつ客観的に判断すること。
- 1.3.3 正直であること。
- 1.3.4 明瞭かつ簡潔に意見を述べること。
- 1.3.5 相手チームの意見をしっかりと聞くこと。
- 1.3.6 問題の解決は可能な限り速やかに行うこと。
- 1.3.7 他者に敬意を持った言葉遣いを心がけること。

1.4 競争心高いプレーは奨励されるが、お互いの相手を敬う気持ち、ルールの順守、プレーを楽しむ気持ちを、常に心がけながらプレーすること。

1.5 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に則った、アルティメットに相応しいと考えられるマナー(行動)を以下に示す。

- 1.5.1 チームメイトが誤ったもしくは不必要なコールをした場合やファール、バイオレーションをした場合に注意すること。
- 1.5.2 コールが不必要なものだったと判断したときには、そのコールを撤回すること。
- 1.5.3 相手チームの選手の良い行動や「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神は称

賛すること。

- 1.5.4 相手チームに自己紹介をすること。
  - 1.5.5 意見の相違や挑発行為に対して冷静に対応をすること。
- 1.6 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に違反し、いかなる選手もとるべきではない行為を以下に示す。
- 1.6.1 相手に危害を及ぼすような危険なプレーや、相手選手に対して攻撃的な態度をとること。
  - 1.6.2 意図的に反則行為を行ったりルールに違反したりすること。
  - 1.6.3 相手チームを嘲ったり、威圧すること。
  - 1.6.4 得点に対して相手に不快感を与えないこと。
  - 1.6.5 相手チームからのコールへの仕返しとして、コールをすること。
  - 1.6.6 相手チームにパスを要求すること。
- 1.7 チームは、「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神を大切にし、以下を順守すること。
- 1.7.1 チームメイトにルールや「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に則ったマナー(行動)を正確に教えること。
  - 1.7.2 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に反した行動を取った選手に対して注意すること。
  - 1.7.3 「スピリット・オブ・ザ・ゲーム」の精神に対する向上を図るため、相手チームに対しても、建設的な意見・提案をすること。
- 1.8 初心者がルールを知らずに違反行為をした場合には、経験者がその違反行為に対する説明義務を負うこと。
- 1.9 経験者は、初心者や若手を含む選手の試合において、ルールや試合中の仲裁に対するアドバイスをすることができる。
- 1.10 ルールは、直接プレーに関わっていた選手、もしくはそのプレーを最も客観的に捉えられることができる選手によって判断されるべきである。キャプテン以外のプレーしていない選手は、ルールの判断に関与すべきではない。た

だし、「アウト・オブ・バウンズ」と「ダウン」のコールに関しては、そのコールが適切かどうかをプレーしていない選手に対し意見を求めることができる。

- 1.11 プレー中のコールもしくはその他の問題に対し、双方の合意が得られない場合には、ディスクをコール前もしくは問題発生前にディスクを持っていたスローワーに戻し、プレーをやり直すこととする。

2012年7月に開催された世界アルティメット選手権の日本 VS カナダの試合では、カナダがスピリットオブザゲームに反する行為があったとして、カナダが日本に謝罪文を送っている。

- 2) ディスクを持ったスローワーに対してマーカーは、スローワーの3m以内に近づいたら「ストーリング」と宣言して10カウントを開始できる。このカウントは、1秒間隔で行うが、カウントが速い場合スローワーは「ファストカウント」を宣言できる。「ファストカウント」が宣言されるとマーカーは2カウント前に戻して再度カウントを続ける。さらにもう一度「ファストカウント」が宣言された場合は、マーカーは0からカウントを再開する。スローワーは10秒以内にスローを投げなければならないため、もし投げられなかった場合は「ストーリングアウト」となり、ディスクの所有権が相手チームへ移行する。

動向にみる過去25年の歩み。近畿大学健康スポーツ教育センター研究紀要、3-1:15-39。

大島寛 (2012) アルティメットの授業実践。日本フライングディスク協会

高田典衛 (1977) 体育授業の方法。杏林書院：東京。pp1-22。

高田典衛 (1979) 体育授業の改造。杏林書院：東京。pp70-78。

Victor A. Malafronte(1998) *The complete book of Frisbee*, Alameda. American Trends : 232-239

World Flying Disc Federation (2012) 世界フライングディスク連盟、

<<http://www.wfdf.org/>>2012.9.19

八代勉 (2004) 選択制の男女共習の根拠。体育科教育法講義。大修館書店：東京。pp198-203。

2009 アルティメット公式ルール。世界フライングディスク連盟 (WFDF)。

<[http://www.jfda.or.jp/uploads/2010/02/rule\\_ultimate\\_2009\\_v1.2.pdf](http://www.jfda.or.jp/uploads/2010/02/rule_ultimate_2009_v1.2.pdf)>2012.9.19

平成24年9月20日受付

平成25年2月8日受理

## VII. 引用文献

International World Games Association (2013)

国際ワールドゲームズ協会、

<<http://www.theworldgames.org/>>2013.1.30

北田和美 (1999) 男女共習体育授業の課題。大阪女子短期大学紀要、24:27-33

文部科学省 (2012) 新学習指導要領・生きる力、  
<[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/new-cs/index.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/new-cs/index.htm)>2012.9.19

中村敏雄 (1983) 体育実践の見かた・考え方。大修館書店：東京。pp188-196。

大島寛 (2004) フライングディスク競技の参加者