

近畿大学通信教育部の健康スポーツ科学の授業展開（その5）

— ゴールドドッチを教材として —

大島 寛

Teaching Materials of the Health and Sports Science at Kinki University
Correspondence Course (5): Using the Goidodge Flying Disc Game

Hiroshi Oshima

I. はじめに

近畿大学は創設者世耕弘一初代総長の「学びたいものに学ばせたい」という理念に基づき、昭和32年に通信教育短期大学部商経科、昭和35年に法学部法律学科を設置した。これまで約44,000名の卒業生を送り出し、平成26年度は全国で法学部2,049名、短期大学部837名の学生が入学している。

法学部入学生の年齢別分布は、18-22歳（14.9%）、23-24歳（8.2%）、25-29歳（17.9%）、30-39歳（22.8%）、40-49歳（22.1%）、50-59歳（11.2%）、60歳以上（2.9%）である。また短期大学部入学生の年齢別分布は、18-22歳（30.4%）、23-24歳（5.4%）、25-29歳（7.3%）、30-39歳（13.5%）、40-49歳（29.4%）、50-59歳（12.3%）、60歳以上（1.7%）である（近畿大学通信教育部データ2014）。

通信教育部秋季スクーリングの総合科目である「健康スポーツ科学」の体育実技クラスは、ほとんどが18-22歳の年齢構成である全日制的の体育実技クラスとは違い、18歳から76歳、平均年齢35.6歳と年齢構成の幅広い男女共習型の授業である。

全日制的のクラスでは共通教養科目である「生涯スポーツ」の科目名で体育実技を展開するが、男女の体力差・体格差を考慮することはあっても年齢構成を考慮して実技を展開することはない。通

信教育部秋季スクーリングの健康スポーツ科学では、実技クラスの受講年齢が幅広いことから、受講生の運動量、安全面を考慮し、教材を選定しなければならない。また、9時-17時の時間帯で長時間実技に取り組むという点から、運動することの楽しさやモチベーションを維持させなければ集中力が散漫となり、ケガをとともう可能性が高くなる。全日制的のクラスで人気のあるサッカーやバスケットボールなどの動きの激しいスポーツ種目は速い動きが伴うため、年齢も比較的高く普段運動することが少ない受講生にとっては、肉離れや捻挫などのケガがともう可能性が高くなる。

このような点を鑑み、幅広い年齢構成で男女が楽しみながら学ぶことができるスポーツ種目を様々に検討した結果、安全性、コミュニケーションの取りやすさ、受講年齢・世代を超えて男女共習で活動できること、未知の教材であることといった点から、柔らかい素材のフライングディスク（ドッチビー DODGEBEE）を使ったゴールドドッチを選定した（写真1）。

柔らかい素材のフライングディスク（ドッチビー DODGEBEE）を使ったゴールドドッチは2008年に誕生したゴール型のアルティメットゲームである。バスケットボールコートを利用しておこなうため広さが適切で受講生が適度な運動量を保ちながらスポーツを学び楽しむことができる。ゴールドドッチはルールにおいて、年齢性別による基本的な体力差・体格差や動きの速さによる

危険性を回避するため全ての接触プレーを禁じている。受講生が過去にゴールドッジを体験する機会がほとんどなく、未知の教材であることから学生の教材に対する興味と学習意欲を高めるにも効果的であると考えた。

本稿では平成 24 年度から平成 26 年度までの受講生（1 クラス 25～28 名）のべ 79 名に実施した柔らかい素材のフライングディスク（以下、ドッジビーと記載）を使ったゴールドッジの授業展開について報告するとともに、幅広い年齢構成の中で男女が楽しく取り組むことができる教材選定の基礎資料となるようまとめる実践・事例報告である。

Ⅱ. 柔らかい素材フライングディスクを使ったゴールドッジとは

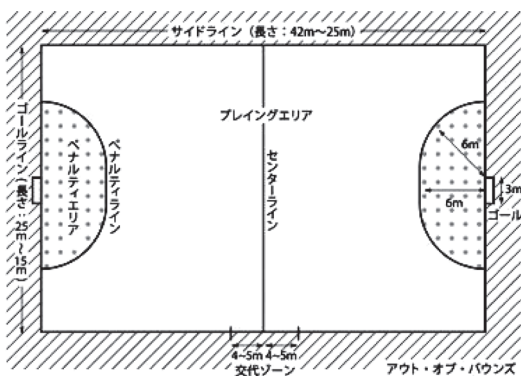
ゴールドッジはナイロンとウレタンで作られた直径 27cm のドッジビーを使っておこなうゲームである（写真 2）。通常はハンドボールやフットサルのコートを使っておこなうが、既存のラインがない場合はバスケットボールのコートを代用して楽しむことができる（図 1）。ゴールはゴールドッジ専用のゴール（天地 2m、左右 2.5m～3m、奥行 1m）が市販されているがハンドボールやフットサルのゴールを代用できる（写真 3）。



(写真 1. ドッジビー DODGEBEE)



(写真 2. ゴールドッジ)



(図 1. ゴールドッジコート)



(写真 3. ゴールドッジゴール)

ゴールドドッジを教材として

ゴールドドッジは、5人制でおこないゴールにドッジビーを投げ入れて得点を競うアルティメットルールを応用したゴール型ゲームである。1枚のドッジビーを使い、フィールド内でパスを受けた時に歩くことなく味方同士パスをつなぎ、ペナルティラインの外から相手ゴールへシュートし得点を狙う。スローやキャッチの正確性とパスワークが必要なゲームで、年齢性別を混成したミックスのチームによる対戦を日本ドッジビー協会は推奨している。コートはフットサルコートやハンドボールコートを使用し、既存施設を有効利用できるように設定している。年齢性別による基本的な体力差・体格差や動きの速さによる危険性を回避するため、全ての接触プレーを禁じており、違反が生じた場合の対処を厳しいものとしている（違反が生じた場合はペナルティスローとなる）（ゴールドドッジルール、日本ドッジビー協会）。

学校体育においては、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、高校や大学では約70校が教材として実施している。またアルティメットはお互いのプレーをお互いがジャッジする中でゲームを進める“セルフジャッジ”が特徴で、審判を特に必要とせず、ゲームを展開する中で学生にフェアプレーを学習させることのできる教材である。そのためゴールドドッジは、小学生が安全にアルティメットの基礎を学習することができる教材として注目されている。

元々はケガの多いドッジボールの代用種目としてドッジビーを使ったドッジゲームが小学生の間で楽しまれており（傷害事故発生率40種目中3位、公益財団法人スポーツ安全協会の報告2013）、2005年には第1回ドッジビー全国大会がナゴヤドームで開催され二千名を超える小学生が参加した。2008年に日本ドッジビー協会が設立され、ディスクドッジ・ドッジディスタンス・ゴールドドッジがドッジビーを使った推奨競技としておこなわれている（日本ドッジビー協会概要書2015）。

Ⅲ. ゴールドドッジの授業内容と留意点

1. ゴールドドッジの基本練習について

① バックハンドスローの習得

ドッジビーを使ったゲームの多くはバックハンドスローが基本である（写真4）。基本的なルールとバックハンドスローができるようになれば、誰でも簡単にドッジビーを使ったいくつかのゲームを楽しむことができる。プラスチックのディスクを使ったアルティメットのゲームではバックハンドスローの他に、サイドアーム（フォアハンド）スロー、アップサイドダウンスローなどが状況に応じて使われる。しかしながら習得に時間がかかるため、ここでは比較的簡単に習得できるバックハンドスローに主眼をおいた。



（写真4. バックハンドスロー）

バックハンドスローのドッジビーの握り方は、親指を表面のカーブに沿うように置き、他の指は裏面にグリップする。個々の手の大きさに応じて手首が自由に動かせる握りやすい持ち方でスナップをきかせてスローイングをおこなう。右利きのバックハンドでは、右足を投げる方向に出して体重移動しながら手首を巻き込み、スナップを使ってスローイングをおこなう。

スナップを使ってドッジビーを自分の頭上の斜め前に投げ上げることで回転がしっかりついているかチェックできる。また頭上スローを歩きなが

らおこなうことで、足を一步踏み出して体重移動しながら投げるバックハンドのスナップの使い方を習得できる（写真5）。回転がしっかりついていればバックハンドスローができていく証拠となるので頭上スローを繰り返してドッジビーに回転を与えるコツをつかむ。回転の効いたスローイングはドッジビーが安定して飛ぶ。回転の少ないスローイングでは、ドッジビーが不安定に飛ぶためパスゲームなどでレシーバーがキャッチしづらくなる。強すぎず、程良く回転の効いたバックハンドスローができるようになることを目標とした。



(写真5. 頭上スローでスローイングチェック)

② キャッチ&スロー

キャッチ&スローはフライングディスクのすべての競技の基本である。最初はキャッチ&スローがお互いうまくできず、ドッジビーを逸れたところに取りに行くことが多くなるが、お互い仲間のことを思いやってキャッチ&スローをおこなう。

ドッジビーを地面と平行に投げればストレートスロー、ドッジビーを傾けて投げれば傾けた方へ曲がっていくカーブスローとなる。相手がキャッチしやすい胸の前を狙ってスナップを使ってドッジビーを投げる。スローの方向は軸足を基点とし（右利きは左足）右足を投げたい方向に踏み込み体重移動しながらスナップスローをおこなう（写

真6）。

キャッチはドッジビーを上下から挟んで取るサンドイッチキャッチが基本である。左右から挟んで取ろうとすると、スルーした場合は顔に当たってしまうためサンドイッチキャッチを心がける。腰より下にきたドッジビーは親指を上にして両手でつかみ取るサムアップキャッチ。頭の上に来たドッジビーは親指を下にして腕を延ばし両手でつかみ取るサムダウンキャッチ。上下左右にそれたドッジビーは片手でワンハンドキャッチ。飛んでくるドッジビーに応じてキャッチの方法を選択させた（写真7）。

偶数のクラスは2人でキャッチ&スロー。奇数

ゴールドドッジを教材として

のクラスは3人でおこなうキャッチ&スローを組
み合わせて、偶数のクラスも奇数のクラスも全員
でキャッチ&スローをおこなった。



(写真6. キャッチ&スロー)



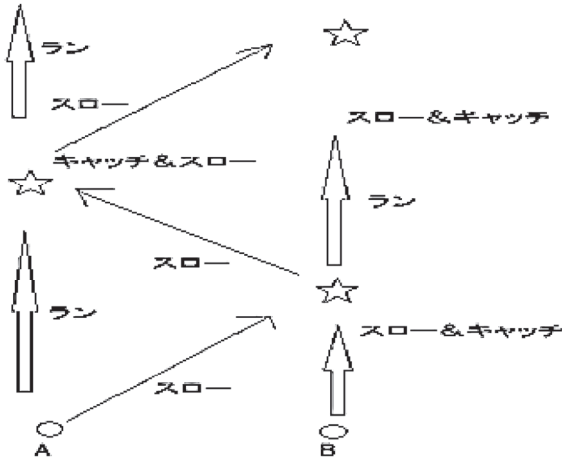
(写真7. さまざまなキャッチ)

2. ゴールドドッジのゲームに向けた練習について

① 2人でおこなうジグザグパス (図2)

2人でおこなうジグザグパスは Give & Go や 1.2パス、壁パスなどと言われ相手陣地に攻め込んでいくための反復練習として用いられる。ゴールドドッジのゲームではミスをした場合、相手の

攻撃に変わる。2人でおこなうジグザグパスで、キャッチミスやスローミスをしないように丁寧にパスをつないでいくことを心がける。2人でおこなうジグザグパスに慣れてきたら、ペナルティラインまでパスをつなぎゴールにシュートをおこなう練習に移行した。



(図2. 2人でおこなうジグザグパス)

② ディフェンス (マーカー) がついた場合のパス練習 (図3)

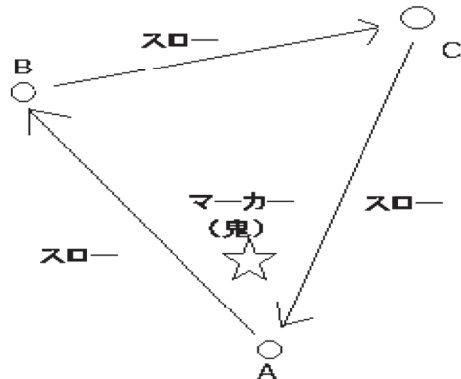
ゲームではドッジビーをキャッチしたオフenseプレイヤーに相手ディフェンスがマーカーとなってストールカウントをおこないスローワールのパスを防御する。ドッジビーをキャッチしたオフenseプレイヤーはマーカーの両サイドからバックハンドスローで味方レシーバーにパスを出す。レシーバーの方向につま先を踏み込み体重移動を使って投げることでパスの方向が定まることを確認する。

上記の練習方法として、オフenseプレイヤー3人で正三角形に広がりマーカー1名が正三角形の中に入る三角ドリルをおこなった (図3)。

ドッジビーを持ったスローワーに対してマーカー(鬼)はストールカウントを開始する。初めはマークを厳しくするとスローをうまく出せないで、左右どちらかにパスを出させる。マーカーはパスを出された方向に移動してキャッチしたプレイヤーに再びマークについてストールカウントを開始する。マーカーはスローワールの正面に移動するとストールカウントを開始する。スローワーはストールカウント3まではピボットターンを使い、そのあと左右どちらかのレシーバーに正確にパスを出すことをこころがける。正三角形に広がったオフenseプレイヤー3人で5本のパスをつなぎ、終了したらマーカーとレシーバーがロー

ーションで交代する。

マーカーもスローワーも「申し合わせ稽古」としておこない、それぞれが基本動作を習得するためのドリルであることを理解して三角ドリルを実施する。



(図3. 三角ドリル)

③ PT(ペナルティスロー) 練習

年齢性別を混成したチームによる対戦を推奨しているゴールドッジでは、ゲーム中の危険を回避するため全ての接触プレーを禁じており、違反が生じた場合はPT(ペナルティスロー)となる。PT(ペナルティスロー)の練習をおこなうため、クラスを4チームに分け(6~7名)サッカーのPK戦方式でリーグ戦をおこなった(写真8)。

以下、危険回避のためのゴールドッジルールを抜粋(8. 空中のプレー 日本ドッジビー協会2009)(図4)。

ゴールドッチを教材として

8-1 基本原則

ディスクが空中を飛んでいる場合、攻撃・守備側のどちらにも所有権は存在せず、結果としてディスクを捕捉したチームが所有権を得る。これはルールの原則です。このようなプレーは必然的に両チームのプレーヤーが接触する機会が多くなることは明白ですが、本ゲームは最も危険なプレーであると明確に定義して、その結果判断における基本原則は攻撃側プレーヤーを常に有利とみなすものとします。空中のディスクを捕り合ったプレーで接触した場合の判断基準として微妙な場合、守備側プレーヤーを常にファール対象とみなします。そしてファールの結果として相手にPTを与えることになる厳しい処置をとります。守備側プレーヤーには接触の可能性を感じた場合、プレーにいかないことを求めるものと理解いただき、これをプレーヤー・審判ともに判断の基本原則とします。明らかに接触することが避けられないと予測できる状態で攻撃側プレーヤーが完全に遅れて、後から捕り合いに参加した場合は攻撃側のファールとなります。

(図4. ゴールドッチルールの基本原則)

試合中のプレーでPTがおこなわれる例：

- ①守備側プレーヤーのチャージ（ディフェンスチャージ）→攻撃側がPT
- ②ダブルディフェンス（キーパー以外に守備側プレーヤーがペナルティエリア内に入った）→攻撃

側がPT

- ③攻撃側プレーヤーによる守備側プレーヤーやキーパーへのイリーガルチャージ→守備側がPT
- ④自陣ペナルティエリア内で攻撃側プレーヤーがディスクを落下した場合→守備側がPT



(写真8. ゴールドッチのペナルティスロー)

ゴールドッチのPTはゴールラインからペナルティライン中央までの6mの距離でおこなう。ペナルティラインを片足で踏んで助走することなくバックハンドまたはフォアハンドスローでゴールを狙うものである（授業ではバックハンドのみで実施）。規定外のスローを故意に行った場合はイ

リーガルスローとなる。

- ④ ハーフコートでおこなう4 on 4 ゴールドッチ
ゴールドッチのゲームに移行する準備段階として、バスケットコートのハーフコートで4人制のゴールドッチをおこなった（守備側はキーパーを入れて5人）。あらかじめゴールドッチのゲーム

の主要ルールの説明をおこない、ゲームをおこなうチームもおこなっていないチームもハーフコートゲームを進める中でルールを学習することとした。

攻撃側はキャッチミスやスローミスをするのではなく、速いパス回しでディフェンスを翻弄できるかがポイントとなる。守備側はマントウマンディフェンスとゾーンディフェンスを使い分けることがポイントとなるが、まずはマントウマンディフェンスでの攻防でハーフコートゲームを進めた。

Ⅳ. ゴールドッジの主要なルールと注意点

1. ゲームの進行

① ディスクフリップ

ディスクフリップ（ドッジビーをフリップし表裏を言い当てる）により、最初の攻撃権とフィールドのサイドを決定する。

② スローオフ

センターライン中央を踏んだ状態から攻撃側プレーヤーによる味方へのバックパスでゲームを開始する（スローオフから直接得点はできない）。

③ シュート

攻撃側プレーヤーはプレーイングエリア内から、いつでもどこからでもゴールへシュートすることができる。シュートはペナルティスローを除き、投げ方の制限はない。

④ ラインの取り扱い

・サイドラインを横切った場合

攻撃権を得た側は、ディスクがラインを最後に横切ったポイントを軸足で踏み、スローインによって再開。

・ゴールラインを横切った場合

攻撃側のシュートがゴール枠をはずした時、相手キーパーにはじかれて守備側だったチームが攻撃権を得て再開するとき→ペナルティエリア内よりゴールキーパーのスローインによって再開される。

攻撃側チームがバックパスをおこない、スローミスおよびキャッチミスによりゴールラインを

割ったとき→ディスクがラインを切った位置に近いコーナーからスローイン。

2. ペナルティエリア内の制限と規定

① ラインオーバー

攻撃側プレーヤーが相手側のペナルティラインを踏む、もしくは踏み越した、およびペナルティエリアに進入して放ったシュートがゴールインした場合は「ラインオーバー」で得点は無効かつターンオーバー（T.O：攻撃権の移動）となる。

② スキップ／ローラー・シュート

攻撃側プレーヤーが投げたドッジビーが、相手側ペナルティエリア内に最初に接地する際のスキップおよびローラー・シュートは、シュートのみ有効となりゴールに入れば得点となる。同様に接地した滑り込みスローも有効となる。

③ ペナルティエリアへの立ち入り

プレー中攻撃側プレーヤーが相手ペナルティエリア内を走って通過することは許されるが、一切のプレーをしてはならない。相手ペナルティエリア内に立止まった時、プレーしたとみなされた時、プレーはすべて無効かつターンオーバーとなる。

④ ダブルディフェンス

守備側プレーヤーは自陣ペナルティエリア内にゴールキーパー以外どのプレーヤーも立ち入ることはできない。もし立ち入った場合「ダブルディフェンス」で攻撃側チームのPTとなる。

⑤ ゴールキーパーへの接触

攻撃側プレーヤーが相手チームのゴールキーパーに接触した場合また接触しなくても結果的にプレーに支障をきたした場合「イリーガルチャージ」で守備側チームのPTとなる。ゴールキーパーは、ペナルティエリア内のみドッジビーを持って歩くことができる（ゴールキーパーはいつでも誰でもおこなうことができ交代は自由）。

ゴールドドッジを教材として

3. プレーイングエリアでの攻撃側プレイヤーのファール

① 手渡しパス

攻撃側プレイヤーが味方にディスクを手渡した場合、ファールでターンオーバーとなる。

② セルフキャッチ

攻撃側プレイヤーは自分が投げたドッジビーを自らキャッチすることはできない。キャッチしてしまった場合「セルフキャッチ」でターンオーバーとなる。

③ トラベリング

攻撃側プレイヤーはパスを受けた後、歩くことはできない。止まらない場合は「トラベリング」でターンオーバーとなる（走ってキャッチした後、勢いで止まれられないような場合、おおむね3歩までを許容されるが4歩目はトラベリング）。止まった後のジャンプまたはジャンプしてスローした場合トラベリングとなる。ピボット時の軸足が完全に動いている場合、地面から浮いた場合もトラベリングとなる。

④ ラインオーバー

攻撃側のディスクを所持したプレイヤーが、エンドラインやサイドラインおよびペナルティラインを踏むもしくは踏み越えた場合、「ラインオーバー」(プレーイングエリアからペナルティラインを踏まないでジャンプし、体が空中にある状態でシュートをおこなうのは良い)。またピボットにより足を踏み出した時も同様に「ラインオーバー」でいずれもターンオーバーとなる。

⑤ オーバータイム

攻撃権を得てから30秒以内にシュートをおこなわない場合「オーバータイム」でターンオーバーとなる。また攻撃側プレイヤーが時間を稼ぐようなプレーをした場合も「オーバータイム」でターンオーバーとなる。

4. プレーイングエリアでの守備側プレイヤーのファール

① ディフェンスチャージ

守備側プレイヤーは相手プレイヤーに接触してはならない。接触した場合「ディフェンスチャー

ジ」で攻撃側チームのPTとなる（守備側プレイヤーはプレーイングエリアでは危険回避のため常に接触を避けることに努める）。

② ワンアーム

守備側プレイヤーはドッジビーを所持して止まっている相手プレイヤーに対して腕を伸ばした長さ（ワンアーム）より内側に近づくことはできない。近づいた場合「ワンアーム」でリプレーとなる。

V. ゴールドドッジの授業で改良した点

1. ペナルティラインの変更

バスケットボールコートのスリーポイントラインからエンドラインまでは7.82mとなる。バスケットボールコートを使用したゴールドドッジでは、シュートの距離が遠くなるため点が入らず単調なゲームが続いた（ゴールドドッジのルールでは6m）。受講生と話し合った結果、バスケットボールコートの制限区域をペナルティエリアにしてゲームをおこなった。

2. フェアプレーの精神でゲームを進める

サッカーやバスケットボールなどの競技ではプレーに対する判断を審判に委ねる。ゴールドドッジにおいても当初より審判をおいてゲームをおこなっている。しかしながらフライングディスク競技のアルティメットでは、審判を置かずお互いのプレーをお互いがジャッジする中でゲームを進めるセルフジャッジ制が特徴である。受講生にセルフジャッジ制を通じてフェアプレーを考えさせることができるため、ゴールドドッジにおいてもセルフジャッジ制を採用した。

VI. 授業後の受講生の感想

1. ゴールドドッジについて

- ・全くやったことがなかったので投げるのが最初は難しかった。コツをつかんでから楽しかったです。
- ・普段まったく運動をしないので3日間どうなる

かと心配しました。ドッジビーがおもしろくて家でも子供相手に練習していました。

- ・スポーツはどちらかというと苦手なので迷惑をかけると嫌だと思っていたのですが、ほとんどの人がやったことがない競技だったので、みんなやさしくて良かったです。
- ・この授業で初めてドッジビーを知って、これなら自分でもできると思いました。帰ってもこどもを捕まえて遊んでいました。
- ・浮いて飛ぶ感覚がおもしろかった。
- ・やったことのないゲームで楽しかった。
- ・フェアプレーで自分たちでゲームをおこなうことに共感が持てた。
- ・スナップの力の入れ方が難しくかったけど、一歩踏み出して投げられるようになってからうまくいくようになった。
- ・ドッジビーは当たっても痛くないのでディフェンスになってもしっかり守ることができた。仕事に差し支えない程度に取り組めるのが良かった。
- ・ゴールドドッチは説明では難しそうに思ったけど、やってみるとおもしろいのに驚きました。私は前に攻めるよりキーパーをする方がおもしろかったです。若い子のシュートを止めるのは快感でした。
- ・ゴールドドッチはドッジビーを持ってピボットをするのでバスケットボールを思い出しました。どこでも手軽にやれそうなので、またやってみたいです。

年齢差も多様で普段運動を実施していない学生にとって、3日間のスポーツ実習がどうなるのか不安を抱えていることがわかった。ボールとは異なり、浮遊感のあるドッジビーは、どの学生にも“一からのスタート”となるため、教材への取り組み姿勢や態度は意欲的であった。ドッジビーは柔らかいため手が痛くならないこととケガをしないことが、普段仕事をしている学生にとっては好評であった。ドッジビーの浮遊感に当初は戸惑いもあったが、コツをつかんでからはゴールドドッチの連携プレーを楽しむ様子が伺えた。

2. チームについて

- ・年齢がいつているのでゴールドドッチは無理と思っていました。ドッジビーはやってみると面白くチームワークもできて毎回楽しかったです。
- ・年齢差があってもチームワークで楽しくできました。
- ・いろいろなチームでゴールドドッチができたので仲間が増えました。
- ・普段のスクーリングなら声をかけたりしませんが、ドッジビーを通じて初めて会った人と話ができ良かった。
- ・年齢に関係なく入っていけました。からだが動く若い子がサポートしてくれたので自分も頑張れました。
- ・一週間の出来事を話しながらキャッチ&スローをするゲームは良かったです。ドッジビーは投げているだけでおもしろいので、家でもこどもと投げてコミュニケーションが取れました。うまくなったので少し自慢できました。

ドッジビーをはじめからうまく投げられる学生がいなくて、教材を通じて会話が多くなることは知られていない教材を紹介し、実践する利点である。このドッジビーの教材としての特性から男女の体力差・体格差に関係なくゴールドドッチを楽しむことができていた。年齢や体力も差がある男女混合（ミックス）チームで様々なチームを作りリーグ戦をおこなったことで、クラス全員とコミュニケーションをとることができたことはスポーツの長所である。

3. 指導者の所見

ドッジビー独特の浮遊感がおもしろいこと、初めてであっても比較的早期にコツがつかめることがこの教材の有用性である。チームみんなでパスをつなぐことを意識させたことで、チームプレーに対する意識が強くなり、仲間意識が高まるという効果がみられた。授業が始まる前から日常会話をしながらドッジビーのキャッチ&スローを楽しむ光景は微笑ましいものであった。

ゴールドッジを教材として

VII. まとめ

秋季スクーリングでは、実技クラスの受講年齢が幅広いことや9時 - 17時の時間帯で長時間実技に取り組むことから、普段仕事を持つ学生にケガをさせてはならないという安全面に留意した。ドッジビーは硬いボールを扱うキャッチボールやバスケットボールのパス練習と違って柔らかい素材のため、キャッチ&スローでケガをする心配がないことは大きな利点である。またドッジビーは練習方法によって比較的運動量の調整が容易であるため、年齢にともなう体力差や男女共習でおこなうという条件に適切である。

学生時代や社会人になってもほとんど経験のないドッジビーはほとんど未経験のものであるため、教材に対する興味と学習意欲を高めるにも効果的であった。

技術面では浮遊感のあるドッジビーを投げる時の手首や上体の使い方・力の加え方に戸惑いが見られたが、練習やゲームを楽しみながら技術を徐々に習得させることができた。様々な年齢・性別の学生が通常授業では味わえないドッジビーの浮遊感を体験し、ゲームを通じて「遊ぶ」ことの楽しさを実感した。

スクーリングでしかほとんど顔を会わさない学生が年齢・世代・性別を超えて「健康スポーツ科学」の実技を通して交流を深めることは、スポーツの持つ大きな魅力であると再認識させられた。この実技で獲得した技術とゲームは、学生それぞれの友人や家族とともに共有できるものであるため、生涯スポーツやレクリエーションスポーツとしても適切である。

参考文献

近畿大学通信教育部 (2015) 近畿大学通信教育部データ, 入学生数 (平成 26 年度).

< <http://www.kindai.ac.jp/tsushin/guide/data.html> > 2015.8.11

公益財団法人スポーツ安全協会報告 (2013) スポーツ安全保険加入者のスポーツ活動中の傷害

事故発生率上位 40 種目

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.html > 2015.8.11

日本ドッジビー協会 (2015) ドッジビー基礎データ資料

日本ドッジビー協会 (2015) ドッジビー-History

日本ドッジビー協会 (2009) ゴールドッジルール

< <http://www.dbjja.jp/main/rule/gd.php> > 2015.8.17

平成 27 年 8 月 13 日受付

平成 28 年 1 月 27 日受理