

<資料> ニュースポーツについて

○キンボール

概要

4名1組の3チーム（ピンク、グレー、ブラック）がコートに入り、直径122cm・重さ約1kgのボールをヒット・レシーブして行うゲームです。コート内でゲームを行うのは、1チーム4名と決まっています。各チームの登録は最大12名で反則やミスがあってゲームが中断した時にメンバーを交代することができます。

用具

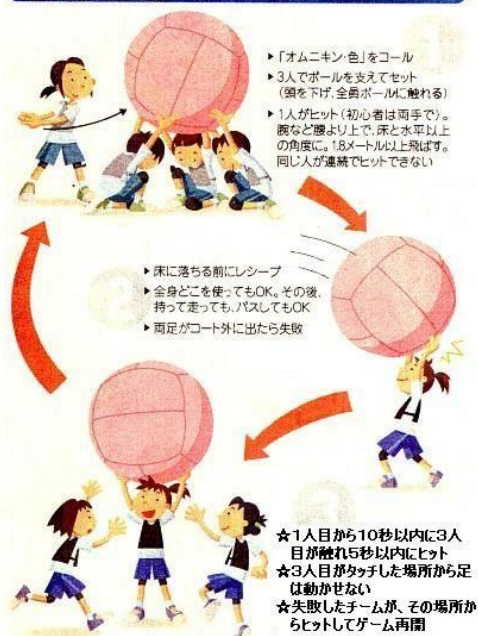
- ①ゼッケン（ピンク、グレー、ブラック）
- ②スコアボード
- ③ボール（二重構造で、空気入れを使って膨らませる。）
- ④空気入れ

経費 無料 ※体育館等の使用料が掛かります。

競技方法

- ①各チームのキャプテンがコートの中央に集まってじゃんけんをし、ヒット・インチーム（試合開始時の先行）を決定する。
 - ②ヒット・インチームの3人が、コート中央でボールを支え、チームの1人が「オムニキン」と叫び、続いてレシーブチームの色を叫んでから、ヒッターがボールをヒットする。
 - ③色を指定されたチームはヒットされたボールが床に落ちる前にレシーブする。
 - ④レシーブは、手や足など体のどの部分を使ってもOK。レシーブ後、ボールを持って移動してもパスしてもかまわない。ただし、3番目のプレイヤーがボールに触れたらその場所から足は動かさない。
 - ⑤今度はレシーブチームがヒットチームになる。②と同様に3人でボールを支えてヒットする。
 - ⑥ヒットが下向きだったり、1.8m以上飛ばなかったり、レシーブに失敗すると、他の2チームに1点ずつ得点が与えられる。
- ※公式ゲームは3ピリオド（1ピリオド15分）行われ、総得点で順位を決定する。

■基本的なゲームの流れ



○グラウンド・ゴルフ(屋外・屋内)

概要

木製の専用スティックで、直径6cmのボールを打ち、直径36cmのホールポスト（金属の輪）に、何打で入れるかを競います。鳥取県の泊村教育委員会が考案したため、泊村の地名にちなんで、ホールポストに入ることを「トマリ」と呼びます。

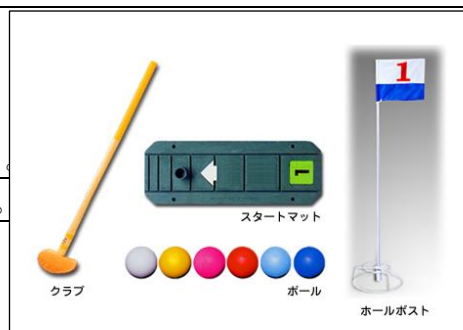
用具

- ①クラブ …… 長さ83cm。
- ②ボール …… 6色
- ③ホールポスト …… 旗をつける（1～8Hまで）。
- ④スタートマット …… ボールを置くマット（1～8Hまで）

経費 無料 ※屋内の場合、体育館等の使用料が掛かります。

競技方法

- ①競技中の打球練習は、1打付加する。
- ②草を刈ったり、木の枝を折ったりしたら、1打付加する。
- ③1打でボールを2回打ったときは、2打と数える。
- ④紛失ボールとアウトボールは、1打付加する。
- ⑤打ったボールが、他のボールに当たったらボールの止まったところから続け、他のボールは元の位置にもどす。
- ⑥1打目でホールポストの輪に入ったら（ホールイワン）、その競技者の合計打数から3打引くことができる。



○ユニホック

概要

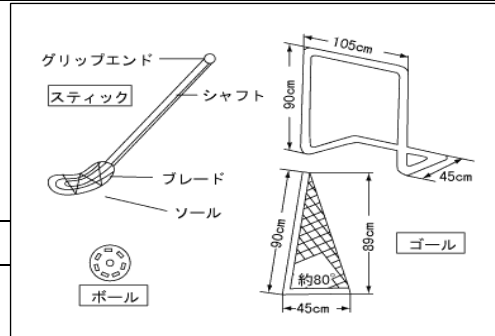
1 チーム 6 人からなる 2 チームが、相手チームのゴールポストに、スティックを使ってボールをシュートし、得点を競うゲームです。

スティックはプラスチック製で、軟らかく作られており、安全性が高くなっている。ボールもプラスチック製で、スピードが出ないようにしています。

コートは、フェンスで囲まれているため、ゲームは中断することはない。コートの上を転がっているボールを打つので、初心者や年少者でもボールを操作しやすく、ゲームを楽しむことができます。

用具

- ①スティック …… 長さ 70～100 cm、重さ 240～300 g。
- ②ボール …… プラスチック製の空洞状のボールで、18 個の穴があいてある。周囲 24 cm、重さ 25 g。
- ③ゴールポスト …… 幅 100 cm、高さ 90 cm、奥行き 50 cm。



経費

無料 ※体育館等の使用料が掛かります。

競技方法

- ① 6 人対 6 人で行う。ゴールキーパーはおかない。
- ② 競技時間は、前半 10 分・後半 10 分で、ハーフタイムは 2 分とする。
- ③ 同点の場合は、5 分間の延長戦を行う。
- ④ 得点は、ボールが相手のゴールのポスト間を横切ったとき、得点となる。
- ⑤ プレー中は、両チームともゴールポスト内にスティックを入れてはいけない。
- ⑥ 味方プレーヤーに足でボールをパスしてはいけない。(キッキング・ザ・ボール)
- ⑦ 寝そべったり、膝をついてボールをパスしたり、シュートしてはいけない。
- ⑧ 自分のスティックを投げてはいけない。

○インディアカ

概要

羽根のついたボールを、6 人制のバレーボールのルールに準じて、素手で打ち合うゲームです。専用ボールは「インディアカ」とよばれ、はねつきの羽根を大きくしたような形状をしています。打撃部分は平たくて、軟らかなスポンジが入っています。

1 セット (15 点先取) 行うのに、10～20 分の時間を要します。参加者の年齢、体力、身体能力に応じ、柔軟にルールを変更するのも可能です。

用具

- ①インディアカ …… 平らなボールに赤い羽根がついている。
- ②支柱 …… 専用支柱 (バドミントンボール代用可能)。体育館のバドミントン用埋設器具に差し込む。
- ③ネット …… バドミントン用ネット

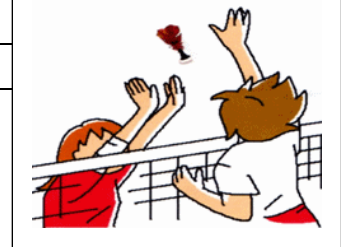


経費

無料 ※体育館等の使用料が掛かります。

競技方法

- ① 4 人対 4 人で行う。
- ② 各チームは、インディアカを自陣コート内の床面に落とさないよう、ネットごしに打ち合う。
- ③ 各セットは、15 点先取制。14 対 14 になったらジュースとなり、そのあと 2 点を勝ち越したチームが、そのセットの勝者。3 セットマッチで、2 セット先取したチームが勝者となる。
- ④ サービスは、後列右の競技者が、自陣コートのエンドラインの右半分後方からアンダーハンドで行う。サービスは 1 回。
- ⑤ サービス権を得たチームは、ただちに時計の針と同じ方向へ位置を移動する (ローテーション)。
- ⑥ インディアカは、3 回以内のプレーにより、相手コートに返さなければならない。
- ⑦ サービス権を持ったチームがポイントすると得点となる。



○ドッチビー

概要

ドッチビーとは、とても軟らかい素材のフライングディスク（フリスビー）を使った、ドッチボール形式のニュースポーツです。

用具

- ①ドッチビー（ソフトフライングディスク）
- ②ビブス（チームの色分け）
- ③コート（バレーボールコート）

経費 無料 ※体育館等の使用料が掛かります。

競技方法（以下のことは、基本となるもので、ルールを工夫して楽しむとよい。）

①人数

ドッチビーは13人対13人で対戦する。（1ゲームの途中では、怪我やアクシデントなどにより審判が必要と認めた場合以外は、交代ができない。）

②ゲーム時間と勝敗

1ゲーム5分～10分以内で、大会ごとに主催者が決定する。時間内に相手チームのプレーヤーを全員アウトにするか、ゲーム時間経過後、より多くのプレーヤーが内野に残っていたチームが勝ちとなる。

③内・外野の人数配置

ゲーム開始時には、内・外野共に1人以上を配置しなければならない。何人配置するかは自由。ただし、最初から外野のプレーヤー（元外野）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ので、よく考えて配置する必要がある。

④ゲームの開始

ジャンケン（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。

⑤ゲームの進め方

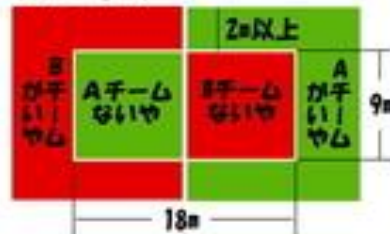
ゲームの方法はドッチボールとほぼ同じだが、以下の部分に注意すること。

- (1) 顔や爪先など、からだのどの部分にディスクが当たっても、アウトとなる。
- (2) 必ず、ディスクをキャッチしたプレーヤーが、ディスクを投げなければならない。
- (3) 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。
- (4) 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。（後から入ることはできない。）
- (5) 地面を転がったり滑ったりしているディスクは、完全に自陣コートに入り込んだ時、とることができる。（まだ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。ただし空中にあるディスクはラインを踏まない限り、とることができる。）

<<ディスク>>



<<コート>>



○ソフトバレーボール

概要

1 チーム 4 人の競技者が親しみやすい柔らかいボールを床に落としたり、反則することなくネットをはさんで攻防を繰り返して、そのラリーに勝ったチームが得点する方法で勝敗を決定するというバレーボールと同じスポーツです。

用具

- ① バドミントンの支柱、ソフトバレー補助の支柱
- ② ネット
- ③ ボール

経費 無料 ※体育館等の使用料が掛かります。

競技方法

- ① トスで勝ったチームがサービスコート（コート）のいずれかを選択する。
- ② ゲームはサービスから開始され、両チームはボールを自陣コート側に落とさないようにし、ネットを越して互いに打ち合う。
- ③ 得点はラリーポイント制で、サービス権に関係なく、どちらかのチームの得点となる。
- ④ 各セットは 15 点先取制とする。14 対 14 になったらジュースに入り、その後 2 点勝ち越したチームがそのセットの勝者となる。ただし、得点は 17 点で打ち切れ、1 点差であっても 17 点を先取したチームは勝者となる。
- ⑤ コートはセットごとに交替する。第 3 セットはトスによりコートを決め、いずれかのチームが 8 点先取したときに交替する。そのときのサービス権は移行せず、交代時のまま続行する。

