

ふらばーるボール・バレー



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内	5人対5人	中学生以上	中度

特色

2チームが変形したボールで対戦するネット型のニュースポーツ。素材は柔らかく、しかも変形しているため、スピードが遅く、ボールによる怪我の心配もない。レシーブはサーブされたボールがワンバウンドした後に行うため、飛ぶ方向に意外性があり、予想のつかない動きをすることがおもしろい。

用具

<ボール> 専用ボール 大:直径60cm 小:直径30cm

<ネット> バドミントン用ネット

<補助ボール>

コート

- ・バドミンツンのダブルスのコートの一番外側のラインを使用
- ・ネット高さ:2m

競技方法

- 1 コート内での1チームの競技者は5名とする。(最大7名参加可能)
- 2 15点制の3セットマッチとし、2セット先取した方を勝ちとする。
- 3 サーブはコート内、サービスラインからアンダーハンドで打つ。
- 4 レシーブはサーブされたボールが床にワンバウンドした後、ノーバウンドで3回以内に返す。この時、同じ競技者が続けてボールに触れてはいけない。また、相手コートから返ったボールも同じようにワンバウンドしてからレシーブを行う。
- 5 ワンバウンド、またはレシーブしたボールがネットに触れた場合は、床に落ちるまで再度打てる。ただし、同じ競技者が触れることはできない。



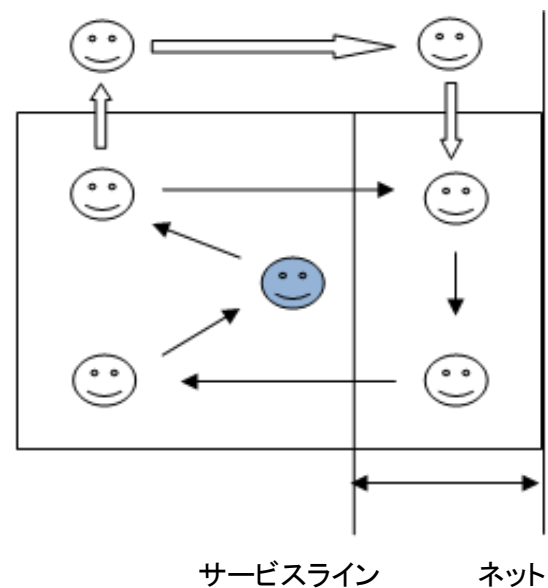
- 6 レシーブ後の3回目にネットに触れて自分のコートに戻ってきた場合のみ、あと1回だけプレーが許され、4回目での返球が認められる。この時だけ、同じ競技者が2度触れてよい。
- 7 得点は9人制バレーボールの規則に準じる。(ラリーポイント制)
- 8 タッチネット、オーバーネット、ドリブル、ホールディング等は9人制バレーボール規則に準じて行うが、特にアンダーハンドパスについての制限はしない。
- 9 ジャンプしてのアタックは禁止する。
- 10 相手チームから自分のチームへサーブ権が移った時に、時計回りにローテーションを行う。6～7人まで行う場合は、控えと選手が交代する。

ローテーション

相手チームから自分のチームへサーブ権が移った時に、1つずつ時計回りに移動(ローテーション)を行う。6～7人で行う場合は、控えと選手が交代する。

※5人制の場合は → のローテーションで行う。

※コート中央に来た人がサーブを行う。



この競技の利点は、簡単・安全・ユーモラス。コートはバドミントンコートを使用するので、ボールのみ購入すれば小さな学校でもできる。軽い変形ボールを使用しワンバウンド後にレシーブするので、ボールのスピードが遅く、怪我の心配もない。また、アタックが禁止のため子どもと大人が共に競技することができる。更に、変形したボールをワンバウンドさせるため、ボールの跳ねる方向に意外性があり、そのことがゲームの楽しさをより引き出してくれる。なお、多くの人がプレーできるように、ローテーションの中に選手と控えの交代を取り入れている。