

スーパーホッケー



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内 屋外	チーム4~5人	誰でも可	中度

特色

相手チームのゴールに、スティックを使ってシュートし、得点を競うゲーム。

用具

<スティックとボール>



<ゴール>



コート

バスケットボールコートを使用し、3ポイントラインをシューティングサークルとして使用する。

競技方法

- 1 チーム毎に、ゴールキーパー、バック、ハーフ、フォワード等の役割を決めてから試合に臨む。
(ゴールキーパーも攻撃に参加して構わない。)
- 2 各チームの代表1名が、センターサークルに入り、フェイスオフを行って開始する。フェイスオフとは、自陣を背にして、センターラインに置かれたボールからブレードをそれぞれ30cm離して床に着け、レフリーの合図でボールを奪い合うことである。
- 3 フェイスオフを行う以外のプレーヤーは、自陣内のセンターサークル外でフォーメーションを組む。
- 4 フェイスオフを行ったプレーヤーは、他のプレーヤーが触れるまではボールに触れてはならない。
- 5 ゴールがなされた後、及び後半の競技再開の時は、フェイスオフでゲームを再開する。

競技中、ゴールキーパー以外は、スティックの平らな面でしかボールを扱うことができない。(ゴールキーパーのみ、スティック以外の体でもボールを扱うことができる。)

ファールなど、ルールの詳細はフィールドホッケーと同じ。

得点方法

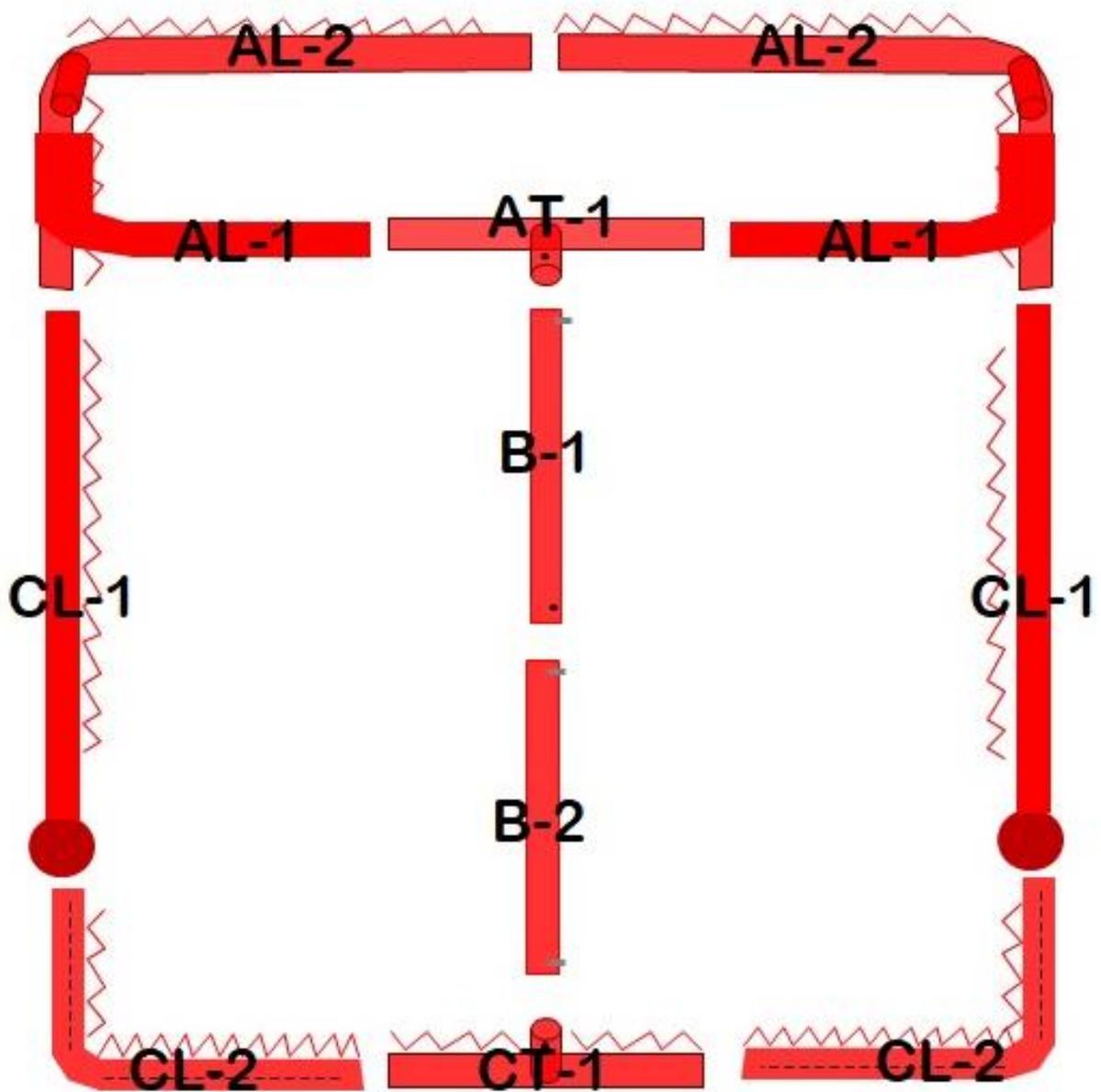
- 1 得点は、1ゴールにつき1得点で、ゴール前のシューティングサークル(通常サークル)と呼ばれる半円の中からのシュートのみ得点として認められる。
- 2 前後半10分ずつ、計20分で総得点を競う。(前後半でコートチェンジする。)
- 3 前後半が終了し、同点の場合、5分間の延長戦か、PS(ペナルティー・ストローク)により決着をつける。(PSは、2チーム交互に4~5人の同数で全員が行う。それでも同点の場合は、サドンデスで行うか、抽選とする。)

競技ルール(違反行為)

キッキング・ザ・ボール	・ボールを足で蹴ったり、踏んだりすること。
ハイ・スティック	・スティックのブレード部分を膝より高く振り上げてプレーすること。
スライディング・ストローク	・手や膝を付いたり、寝そべってプレーすること。
スローイング・ザ・スティック	・スティックを投げたり、落としたりすること。
ハッキング・ザ・ボール	・空中のボールを手ではいたり、掴んだり、パスしたりすること。
ダブル・ストローク	・フリーストローク又はペナルティーストロークをしたプレーヤーが2度続けてボールに触れること。
クラッシング	・スティックで相手プレーヤーのスティックを打ったり、押さえたり、持ち上げたりすること。
ステップ・イン・オフense	・足などが、相手チームのゴールエリア内に踏み入ったりすること。
ステップ・イン・ディフェンス	・足などが、味方チームのゴールエリア内に踏み入ったりすること。
チャージング	・相手チームのプレーヤーに対して、押す、つかむ、タックルする、蹴るなどの危険な行為をすること。
スティック・イン・ゴール	・スティックをゴールネットに触れてプレーすること。
プッシング・ザ・ゴール	・ゴールポストを動かしたり、握ってプレーすること。
シャフトボール	・膝より上のボールをシャフト部で操作すること。
オーバー・ザ・ライン —選手権ルール適用なし—	・ペナルティーストローク時、ボールがゴールラインを通過する前に、プレーヤーが前方に移動すること。
オーバー・タイム	・フリーストロークまたはペナルティーストロークを行うプレーヤーが、3秒以上経過してプレーすること。
オブストラクション	・その他、危険な行為および審判に暴言を吐くなどの行為。

スーパーホッケーゴール完成図

ゴール正面側



ゴール背面側