

ターゲットボール



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内 屋外	1人対1人	小学校高学年以上	中度

用具

<競技台>1台 <ボール>2個 <ラケット> L8枚、M4枚

特色



両手にラケットをつけ、競技台(空中に浮いているイメージ)のターゲット(内側の角の丸い六角形)にボールをバウンドさせ、得点を競ったりラリーを楽しんだりするニュースポーツ。陣地の区別がなく、場所を選ばず、誰とでも楽しめるスポーツ。

共通ルール

- サーブは、ラケットを装着した両手にボールをはさみ、もしくはラケットでお手玉をし、上方へボールを上げ、必ず競技台上に打ち込む。サーブは、常に競技台上に打ち返せなかった競技者が行う。
- 競技台上に打ち込まれたボールは、必ず受けてから打ち返す。(ダイレクトに打ち返さない。)例外として、受けたボールが偶然競技台上に入った場合は得点に関係なく、相手競技者が受けた場合、競技を続行する。
- 受けてから打ち込んだボールが、ターゲット内での第1バウンドした時を得点とし、1点ずつ加算する。(フェイントとして軽く打ったボールも、ターゲットに入れば得点になる。)
- 競技台の真上から競技台に打ち込んではいけない。(自分の方向にボールを打てなくするため。)
- ボールが競技台上で止まってしまった場合、ボールが止まる直前に打った競技者が風を起こしてボールを動かす。(ラケットで扇ぐ、息を吹きかける等)ただし、直接ボールを触ったり台を動かしてはいけない。ボールが競技台の外に出ない場合はノーカウントになり、直前に打った競技者がサーブを行い、ゲームを続ける。
- 競技は、競技台上にボールをバウンドさせながら行うことを基本としている。ボールをノーバウンドで相手側に行くようには打ってはいけない。
- 競技は、ボールをラケットで打つことを基本としているが、ボールをラケット以外の体の部分で受けた場合は、お手玉の延長とみなし競技を続ける。
- サーブの時以外は、ボールを静止させてはいけない。例えば、ボールを脇や腕、ラケットなどではさんだり、口でくわえたり、ボールがほとんど上へ上がらないお手玉をして、ボールが止まるのを待ちかたししてはいけない。
- 競技中は、競技台に触れてはいけない。
- 禁止事項を行った場合には、その人のミスとみなし、その人が競技台上に打ち返せなかった場合と同じこととなる。
- 審判を立てて競技を行う場合は、審判の判定が絶対であり、判定に不服を持ったり、ラフプレーをせずに、スポーツマンとして正々堂々と競技を行う。

ソフトライ

シングルス、ダブルス、トリプルスで競技ができる。

- サーブは、必ず競技台上に打ち込む。
- サーブは、得点とは無関係。

- 先に20点以上得点した人(チーム)の勝ちとする。但し、2得点以上の差がついていなければならない。18対19で19点得点している人(チーム)が、ターゲット内に打ち込み20得点した場合でも、すぐには勝ちにならない。相手側がこの得点球をターゲット内に打ち込めなかった場合に、2得点差が確定し勝者になる。2得点以上の差が確定するまで競技を続ける。
- ダブルスとトリプルスにおいて、競技中に競技台以外のところへ飛んだボールは、チームのプレーヤーへのトスと判断される。相手競技者は、ボールが競技台上でバウンドするか地面などに落ちるまで触れてはいけない。触れた場合はミスプレーとし、相手競技者からのサーブとなるが、得点とは無関係。

ハードトライ

2人1組を1チームとして複数のチームと競う。各チームの終了タイムを第1優先とし、同タイムの場合は、チームの総得点で勝者を決める。

- サーブは、ターゲット内に打ち込むが、入らない場合は何度でもサーブをする。
- サーブによる失点：2回続けて入らない場合は、相手に1得点加算される。(2回ミスをもととするので、4回サーブミスをするると2得点相手に加算される。)
- サーブによる得点：サーブをターゲット内に打ち込み、相手側が競技台上に打ち返せない場合は、サービスエースとして、サーブを打った側の得点とする。
- ターゲット内でバウンドしたボールを、落球もしくは競技台の上に打ち返せない場合は、ボールを打ち込んだ競技者側の得点とする。
- 先に20点以上得点した人(チーム)の勝ちとする。但し、2得点以上の差がついていなければならない。18対19で19点得点している人(チーム)が、ターゲット内に打ち込み20得点した場合でも、すぐには勝ちにならない。相手側がこの得点球をターゲット内に打ち込めなかった場合に、2得点差が確定し、勝者になる。2得点以上の差が確定するまで競技を続ける。
- ダブルスとトリプルスにおいて、競技中に競技台以外のところへ飛んだボールは、チームのプレーヤーへのトスと判断される。相手競技者は、ボールが競技台上でバウンドするか地面などに落ちるまで触れてはいけない。触れた場合はミスプレーとし、ボールを打ち返していたチームの得点となる。

タイムトライ

2人1組を1チームとして複数のチームと競う。各チームの終了タイムを第1優先とし、同タイムの場合は、チームの総得点で勝者を決める。

- サーブは、必ず競技台上に打ち込む。
- サーブは、得点とは無関係。
- 競技は、スタートの号令とともに始め、チームの競技者が各15点以上得点した時点で終了とする。
- 各チームの終了タイムを第一優先とし、同タイムの場合はチームの総得点で勝者を決める。

スーパートライ

2人1組を1チームとして複数のチームと競う。

- サーブは、必ず競技台上に打ち込む。
- 2回サーブミスをしたら、その時点で競技終了とする。
- サーブミス以外で、競技台の外に落球したら、その時点で競技終了とする。
- サーブを含む、ターゲット内で第1バウンドをした回数を得点とする。
- 時間は無制限で、お互いの得点を足した総得点で勝者を決める。

パーフェクトトライ

2人1組を1チームとして複数のチームと競う。
※スーパートライを、よりパーフェクトにした競技。

- サーブは一回のみで、必ずターゲット内に打ち込む。
- サーブミスしたら、その時点で競技終了。
- ターゲットの外で、ボールが落ちたり、バウンドしたりしたら、その時点で競技終了とする。
- サーブを含む、ターゲット内で第1バウンドした回数を得点とする。
- 時間は無制限で、お互いの得点を足した総得点で勝者を決める。