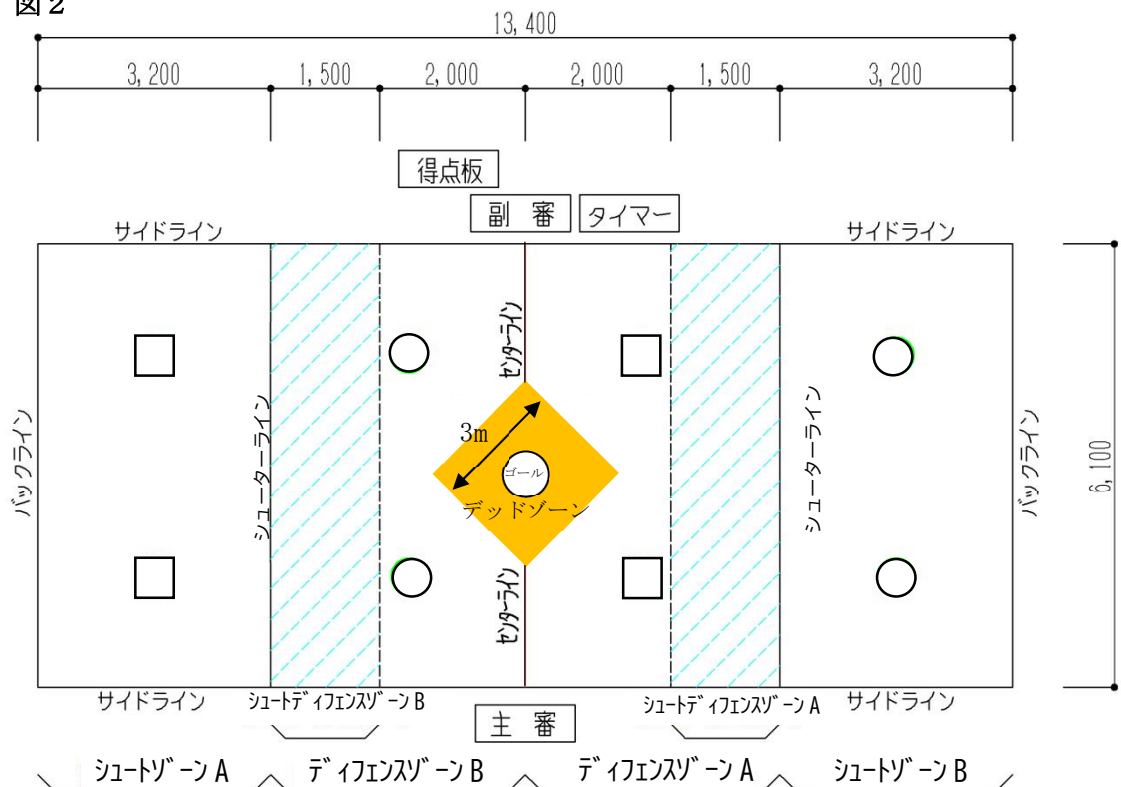


テストシユーター

=概要・規則=

令和6年4月1日～

図 2



- Aチーム選手4名
- Bチーム選手4名

2 用具

■セストゴール

- (1) セストゴールは、直径60cm、深さ約50cm、高さは床から2.1mとし、セストゴールの脚をデッドゾーン上に固定する。
- (2) ゴールのリング部はバスケットボールのゴールの様に網紐で囲み、下端部はボールが抜けるようにしておく。

■ボール

- (1) ミカサ製の小学生用ソフトバレーボールを推奨球とする。
- (2) ソフトバレーボールは、円周64cm(直径約20cm)とし、重量約180gとする。

■デッドゾーン

- (1) デッドゾーンは3m×3mの正方形とする。
- (2) 市販の四角のクッションマットを使用する。
※ジョイントマットPO18C推奨。

■ビブス…色分けがされていれば、型や仕様は問わない。

■腕章 (キャプテン用) …キャプテン (代表者) を判別できればよい。

【規則】

1 チーム

■チーム構成

- (1) 試合は1チーム4名で競技し、登録選手は8人までとする。
- (2) 選手は男女問わない。
- (3) 選手交代は随時行えるとし、1回4人以内を2回までとする。

(例) 出場選手 控え選手

ABCD EFGH

交代① CDEF ABGH ABとEFが交代

交代② ABGH CDEF 出場選手と控え選手が全員交代

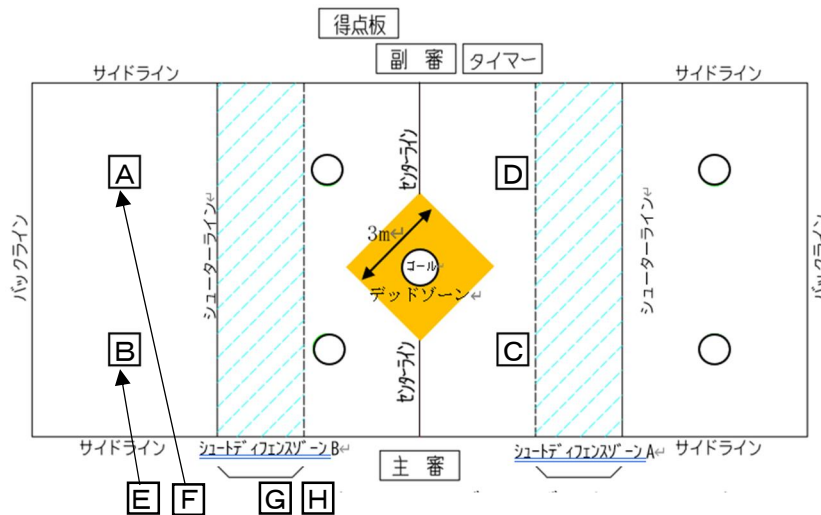
※①のように2人だけ代わっても、②のように4人全員が代わってもよい。

ただし、たとえ1人しか代わらない場合でも、1回とカウントする。

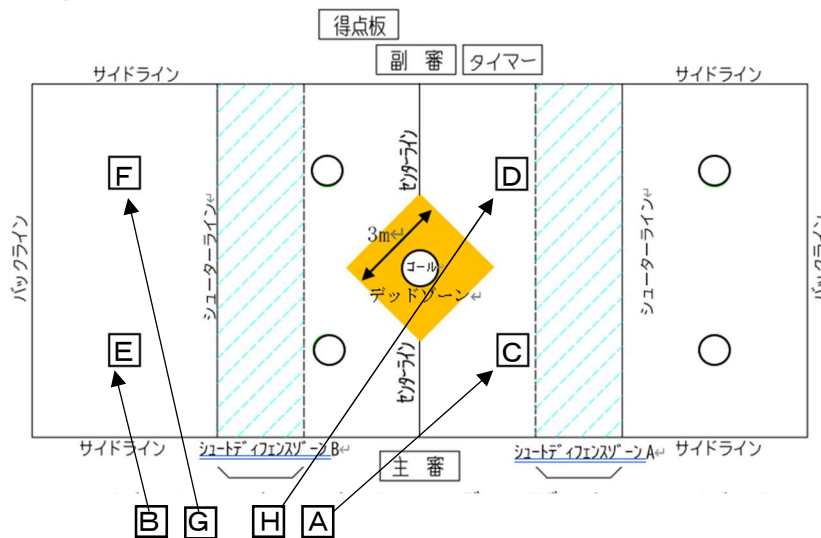
※交代①でシューターのAが一度ベンチに戻った後、交代②でディフェンダーとして出場することも可能。

※後半スタート時の選手交代は任意で、交代回数には数えない。

交代①図



交代②図



- (4) チーム内でキャプテン (代表者) を1人決め、交代はキャプテン (代表者) が審判に申告する。ただし、交代は試合が止まったタイミングに限る。

2 試合

■構成・得点

- (1) 試合の構成は前半4分、休憩1分、後半4分の合計9分とし、ボールが外に出た場合や選手が反則をした場合は時間を止める。
※審判の1度目の合図でタイマーを止め、2度目の合図で再開する。
- (2) シューターのシュートが、ゴールに入ると得点とする。
- (3) 得点は1ゴール1点とする。
- (4) フリースローは1投とする。

■試合の勝敗

- (1) 試合は前半、後半の合計得点で多い方が勝者となる。
- (2) 同点の場合は、選手4人がフリースローを1回ずつ行い、得点の多い方が勝者となる。選手と投球順はチーム内で決め、代表者がじゃんけんを行い、勝った方が先攻か後攻を決め、先攻後攻交互に1人ずつ行う。
- (3) 全フリースロー終了時に同点の場合は、再度じゃんけんで先攻を決め、フリースローで先にゴールしたチームを勝者とする。
- (4) 運営上必要に応じて他の方法で勝敗を決めることもできる。
例) じゃんけん等

■方法・ルール

- (1) 試合開始前にコート内のディフェンスゾーンのライン上に全員が整列し、審判が一番近い選手がじゃんけんを行い、勝ったチームはボールかコートの選択ができる。
- (2) コートを選んだチームのシューターが先にシュートゾーンに移動し、それぞれのゾーンに移動する。得点板もシューター側に合わせる。
- (3) 試合は、ボールを選択したチームのディフェンダーが持ち、主審の合図でスタートする。
- (4) シュートゾーンは前半、後半で交代する。得点板もシューター側に合わせる。
- (5) ディフェンダーはシュートディフェンスゾーン内ではジャンプして相手のシュートをカットすることができる。ただし、中央のディフェンスゾーンでは、ゴールより高いシュートボールのカットはできない。
- (6) 全プレイヤーは、ボールを捕球後3秒以内にパス、トス又はシュートしなければならない。
パス…ディフェンダーからシューターへのボールの移動
トス…シューター間もしくはディフェンダー間でのボールの移動
- (7) ディフェンダーはディフェンスゾーン内、シューターはシュートゾーン内を自由に移動できる。
- (8) 相手コート内及びデッドゾーン内にあるボールは捕球可能とする。ただし体の一部が相手コート及びデッドゾーンの床面に触れてはいけない。
- (9) ライン付近で取り合いになった場合、3秒を目安に試合を止め、ボールが多く入っている陣地のチームから再開する。
- (10) ゴール後は、相手チームのディフェンダーからスタートする。
- (11) ボールは足で止めることができる。

- (12) パスカットしたボールや、シューターが放ったボールをカットしてボールがコート外に出た場合は、出したディフェンダーのチームから再スタートする。ただし、足に当たって出した場合は、相手チームのボールとする。
※足に当たっても、ボールがコート外に出なかった場合は試合継続可能とする。
- (13) ハンドリングミス等、パスカットではない状態でボールがコート外に出た場合は、最後にボールに触れたチームではない方のディフェンダーからスタートする。
- (14) チーム内のパスは連続5回までとする。
- (15) シューターはパスを受けたら必ずシュートをする。こと。(シューター間でのトスはよいが、味方のディフェンダーにパスしてはいけない)
- (16) シュートゾーンにボールがある時のディフェンダー側の反則は、シューター側のフリースローとする。ただし、シュートが成立していた場合は反則とはせず、試合を続行させる。
- (17) フリースローでリングにあたり、ボールがコート内でフリー状態の時はインプレーとする。
- (18) パスは必ずボールを下向きに投げなければいけない。※バウンドやゴロ、直接のストレートパスはよしとする。
- (19) バウンドパスについては自陣のみでのバウンドやデッドゾーンへのバウンドは反則とし、相手チームのコートにボールを最低1度バウンドさせる。
- (20) シューターとディフェンダーの体の接触はよしとするが、無理に、または故意にぶつかるのは反則とする。
- (21) 声を出すことはよいが、スポーツマンとしてふさわしくない言葉は反則とする(脅す、奇声や大声を上げる等)。この場合は相手にフリースローを与える。
- (22) ボールはラインに少しでもかかっている場合はインプレーとする。

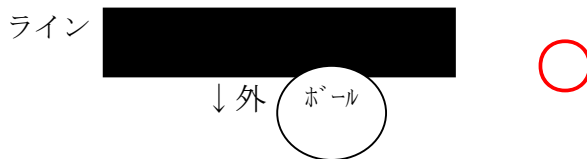
* 下図参照

■ ボールジャッジ

※ ラインぎわのボールのジャッジ

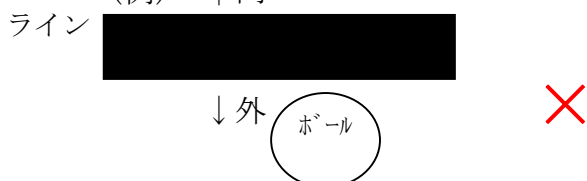
ボールが少しでもラインにかかっている場合はインプレー。

(例) ↑内



ボールがラインに全くかかっていない場合はボールデッド。

(例) ↑内

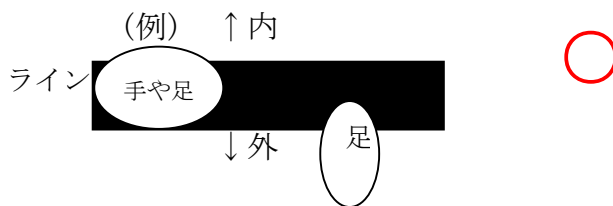


■反則と名称

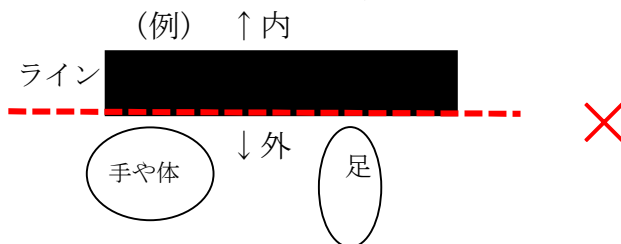
- (1) ディフェンダーからシューターへのパスを上向きに投げた場合。
《ハイパス》
- (2) ディフェンダーの足（付け根から先端まで）に当たって、ボールがコート外に出た場合。《レッグアウト》
※プレー中故意に足でボールを止めてもコート内ならば反則にならない。
- (3) プレーヤーが捕球状態で3秒を超えて持った場合。《オーバータイム》
- (4) ディフェンス時、2度ボールに触れてコート外に出た場合。
《ダブルタッチ》
- (5) デッドゾーンにバウンドもしくはゴロでパスまたはトスした場合。
《デッドパス》
- (6) チーム内のパスが連続6回以上の場合。《オーバーパス》
- (7) 相手コート及びデッドゾーン内に、身体の一部が接地した場合やプレーヤーがコート上のラインを完全に踏み越した場合。またはプレーヤーが、コートの外に出た場合。《ラインクロス》
※ただし、ボールを味方へパスした後、サイドラインから足や身体が出た場合のみ適用外。
* 下記図参照 ※(7)のただし書きは適用外

◇ラインぎわの選手の足のジャッジ

ラインを少しでも踏んでいればOK。



身体の一部が、ラインを越えたり、床についたら反則。→《ラインクロス》



- (10) 相手のシュートに対してディフェンダーがシュートディフェンスゾーン以外でゴールの高さより高いシュートボールをカットした場合。
《オーバーディフェンス》

■反則の処置

- (1) 反則があった場合は、プレーを止め相手チームのディフェンダーからスタートする。
- (2) ボールがシュートゾーンにある時の相手チームの反則は全てフリースローとする。