

ソフトバレーボールのルール

ここで紹介するルールは、奈良県小学生バレーボールが主催するキッズ交流バレーボール大会のルールです。一般的なソフトバレーボールのルールを小学生のために簡単にして、試合に最低限必要なルールになっています。

施設、用具

①コート の 広 さ

バドミントンのコートの外側の線を使用します。縦 13.4 m、横 6.1 m です。

②ネット の 高 さ

4 年生以下は 1.8 m、5 年生以上と大人は 2 m です。バドミントンのポールの先に専用の器具をつけて伸ばします。

③ボール

4 年生以下の部は 50 g、5 年生以上の部と成人の部は 100 g です。

④チーム

登録は 1 チーム選手 4 人以上 6 人以下、監督（成人）1 人です。コートに立つのは選手 4 人です。成人の部は選手と監督を兼ねられます。小学生のチームは、5 年生以上の選手が 1 人でもいるチームは 5 年生以上の部になります。いなければ 4 年生以下の部になります。

⑤審判

4 年生以上か成人がします。主に、試合の開始と終了、プレーの開始と終了、タイムアウトと選手交代を笛で合図します。

試合の流れ

①試合開始の前に両チームのキャプテンが審判の目の前でじゃんけんをします。勝ったチームは、はじめにサーブを打つか（サーブ権）、どちらのコートを使うか（コート権）を選べます。負けたチームは、勝ったチームが選ばなかった方になります。

②試合前の公式練習時間はとりません。両チーム、コートの後ろの線（エンドライン）に並んだら、審判の笛の合図で礼をして試合開始です。選手は自分のチームのコートのどこにいてもいい（フリーポジション制）です。

③サーブ権のあるチームのサーブから、ラリーが始まります。サーブはエンドラインの後ろから打ちます。4 年生以下の選手は、自分の肩より下で打てば（アンダーハンドサーブ）、自分のコートの中央からでも打てます。サーブのネットインは反則としません。

④ラリーが終了したら、次のラリーは得点したチームのサーブから始めます。サーブを打つ選手は 4 人で順に回しますが、続けて得点したら、前のラリーでサーブを打った選手がサーブを打ちます。

⑤得点を取ったチームのサーブから始めるプレーを繰り返し、15 点を先にとったほうが 1 セット目を得ます。2 点差がつくまでゲームを続けるデュースはしません。

⑥セットの間は 1 分間です。

- ⑦ 2セット目は、サーブとコートを入れ替えて始めます。1セット目と同じで15点を先に取ったほうが2セット目を得ます。2点差がつくまでゲームを続けるデュースはしません。
- ⑧ 1チームにつき、1セットに2回まで、30秒間のタイムアウトをとれます。
- ⑨ 選手交代として、コート内の選手とコート外の選手を入れ替えることができます。その後、交代した選手同士をもとに戻すことはできますが、別の選手と交代することはできません。
- ⑩ 2セット目が終わったら、エンドラインに並び、審判の合図で礼をして試合終了です。

ラリー中のルールと得点の入り方

- ① 相手チームにボールを返すために、チームで3回以下ならボールにふれることができます。ただし、相手チームからボールが返ってくるのを防ぐ（ブロックする）ためにボールにふれた場合は1回に数えません。
- ② ボールが自分のコートに落ちれば相手チームの得点です。相手に返したボールが相手のコートの外に落ちても相手の得点です。
- ③ 自分のチームがふれたボールが、アンテナやアンテナの外側のネット、ボールに当たると相手チームの得点です。
- ④ 相手チームにボールを返すときに、アンテナの外側を通ると、相手チームの得点です。
- ⑤ サーブの順番を変えたり、サーブを打つときにコートの中に入ったりすると、相手チームの得点です。ただし、4年生以下の選手は、自分の肩より下で打てば（アンダーハンドサーブ）、自分のコートの中央からでも打てます。
- ⑥ 同じ選手が2回続けてボールにふれると相手チームの得点です。また、チームで続けて4回をこえてボールにふれても相手チームの得点です。

ドリブル

オーバータイムス

- ⑦ ボールには体のどこでもふれられますが、ボールをつかんだり、持ったりすると相手チームの得点です。

ホールディング

- ⑧ 自分の体がネットに当たると、相手チームの得点です。

タッチネット

- ⑨ ネットの上や下をこえて相手のプレーのじゃまをしたり、ネットの下ラインを完全にふみこえたりすると、相手チームの得点です。

オーバーネット

パッシングザセンターライン

試合の勝敗

- ① セットを多く得たほうが勝ちです。
- ② 得セット数が両チームで同じなら、2セットの合計の得点が多いほうが勝ちです。
- ③ 得点も同じなら、キャプテンのじゃんけんで勝敗を決めます。

ブロックの勝敗

- ① 勝ち率②得セット率③得点率④抽選の順で決めます