

# ソフト・ミニ・バレーボール

## ゲームの概要

ソフトミニバレーはソフト化したボールを6人制、9人制バレーボールのルールに進じてネット越しに打ち合うゲームである。

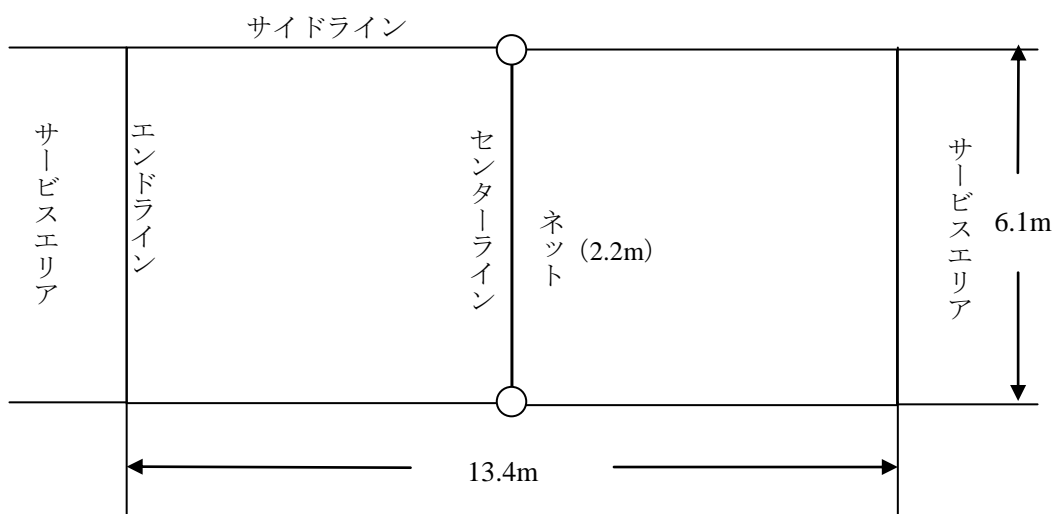
ボールは軽く柔らかいので、球技に不慣れな人でも恐怖心を抱かず気軽に参加でき、ボールのスピードが比較的遅いため、ラリーが続きやすく適度な運動量を得る事ができるスポーツで、全国大会も開催されている。

## 競技場

体育館、グラウンドなどで行い、バドミントンのダブルスコートの外周を使用するが風の影響・太陽光の影響を受けやすいので、室内で行う事が望ましい。

## コート

- ①コートの広さは、13.40m×6.10mの長方形を標準として、高さ2.2mのネットによって中央を二分する。
- ②コートを2本のサイドラインと2本のエンドラインによって区画される。またネットの真下に両サイドラインを2等分する。



## 用具

- ①ボールの使用については、ゴム製、重さ 210g、円周約 77cm～79cm を使用する。  
使用するボールについては、特にメーカー指定しないが、最近では、【ミカサ社製】が一般的である。
- ②ネットについては、バドミントンのネットを使用し、専用の補助金具を取り付け使用する（参考に、ネット上端から 1m のアンテナが出るようにする事もある）。
- ③支柱については、両サイドライン上に、その長さを 2 等分する位置に立て、長さが 2.2m とし、床又は地面より垂直に立てる。
- ④審判台と得点ボードも用意する。

## チーム人数

- ①チームは 6 人プレーヤーで、その内 1 人を主将とし交代プレーヤーは 2 人以内を置くものとする。
- ②競技は 4 人のプレーヤーで行ないコートサイドに 2 人で順次ローテーションする。

## ゲーム進行

- ①競技は、2 チーム間において各 4～6 人のプレーヤー（コート内は 4 人）により行われる。
- ②各チームは、ボールを自分達のコートに落とさないようにネットで分けられたコート的一面を占有し、お互いに 3 回目にネットを越えて相手コートへ返さなければならない。  
但し、3 回目のボールがネットに触球し自分側に戻って来た場合に限り一回のみ触球が許され、返球出来ればプレー続行である。
- ③触球は 1 人 1 回とする。  
但し、ネットプレーにおいては、ネットに触れた後のボールへの触球は 2 回（ドリブル）としないが、同一競技者が続けて 3 回プレーした場合はドリブルとなる。
- ④2 人以上のプレーヤーが同時にボールに触れた場合、触球回数は 1 回と見なし、そのいずれかのプレーヤーが続けてボールに触れても反則とはならない。

- ⑤コートはセット毎に交代する。  
各セットの開始のポジションは、スターティングポジションで行う。  
\*各セットのスターティングポジション（ポジション及びメンバー）は、  
審判へ報告すれば変更することができる。  
\*第3セットにおいては、いずれかのチームが8点先取した時に交代する。  
このときのサービスは、交代時のまま続行する。  
コートの交代が規定時期に行われなかった場合は、気付いた時点で交代し  
得点はそのまま有効とする。
- ⑥コートの選択については、両チームの主将はゲームの開始前にジャンケンを行い、  
ジャンケンに勝ったチームはサービス又はコートのいずれかを選択できる。
- ⑦2セット以後のセットのサービスは、前のセットにおいて最初にサービス権を  
行使しなかったチームが行う。

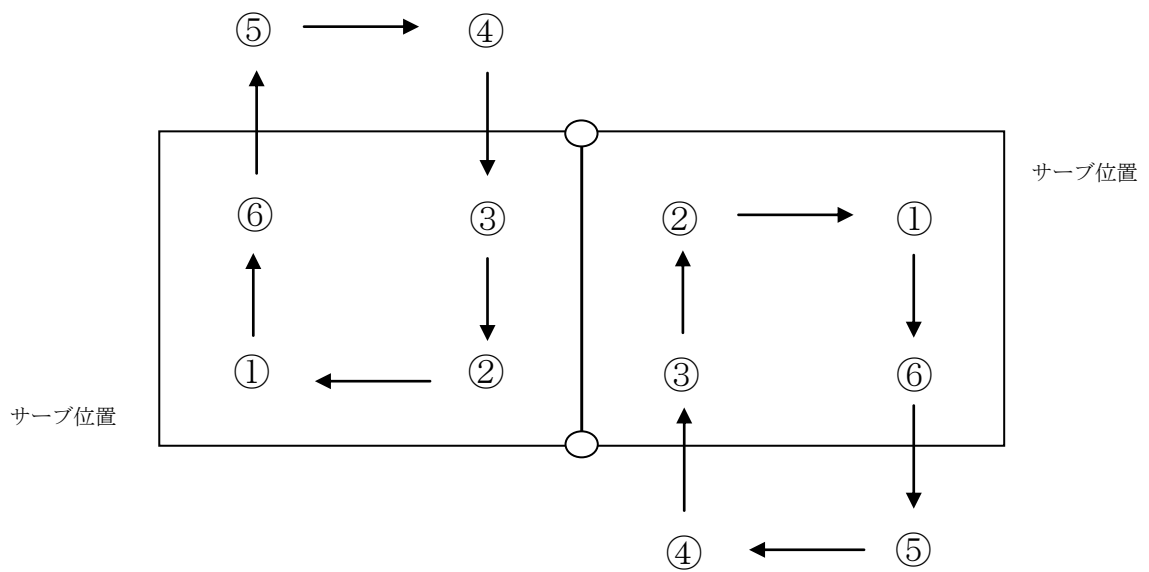
## サービス

- ①サービス回数は1回とし、サービスはコート右側のエンドライン後方から  
アンダーハンド（腰より下から）で打たなければならない。
- ②サービスの際、サーバーの足が自陣のコートのラインに触れたり、  
コートに踏み込んではいならない。
- ③サイドアウトにて、サービス権は移行する。
- ④サーブは1回の触球とはみなさない。
- ⑤サーバーの間違いを発見した時は、間違いを発見された時点で訂正し  
それまでのポイントは有効とする。

## プレイヤーの位置とローテーション

- ①サービスが打たれる時には、各チームはサーバーを除いて2人ずつ2列に並んで  
各自のコート内に位置しなければならない。
- ②サービス権を得たチームは、右廻りにプレイヤーの位置を1つずつ移動し、  
（ローテーション）バックラインに位置したプレイヤーがサービスを打つ。
- ③同一サーバーが連続3得点したときは、ローテーションをする。

\* 次に、ローテーションの図を記する



## タイムアウト

それぞれのセット毎に1回までタイムアウトができる。  
1回のタイムアウトは30秒以内としタイムアウトを要求できるのは主将に限られ、副審に申告してとる。

## プレイヤーの交代

同一セット内で1人につき1回とし、同一セット内では交代プレイヤーの再出場はできない。

## ルールと反則

以下の場合には反則となり、相手チームに1点が与えられる。

- ①オーバータイムス (ボールの接触回数が、ブロックを除き3回を越えた時)
- ②ホールディング (ボールに接触中、明らかにボールが止まった時)
- ③オーバーネット (相手側のコート上のボールに触れた時)
- ④タッチネット (インプレー中にネットに触れた時。但し、相手の打球によってネットが膨らんだ場合を除く)

- ⑤ドリブル (プレーヤーが2回続けてボールに触れた時、  
又は明らかに身体の2カ所に触球した時)
- ⑥サービスフォルト (サービスがネットに触れるか、相手コート外に落ちた時)
- ⑦フットフォルト (サービス時に、エンドラインに足が触れたり、  
<ラインクロス> 自陣コートに踏み込んだ時)
- ⑧パッシング・ザ・センターライン  
(センターラインを完全に踏み越した時)
- ⑨インターフェア (ネットの下から相手のプレーを妨害した時)
- ⑩アウトオブバウンズ (ボールがコート外の床面や物体に触れた時、及びボールが  
ネット上を完全に通過しなかった時、そして、  
2本のポール間を通過しなかった時)
- ⑪アウト・オブ・ポジション  
(サーブの際にサーブ側、レシーブ側ともに前衛と後衛の  
プレーヤーの前後左右の位置関係が違っていた時の反則で  
プレーヤーの位置は、前衛と後衛の関係は前足で、  
左右の関係は右プレーヤーの右足と左側プレーヤーの  
左足の位置によって判定する)
- ⑫レスタイム・レス (規定回数に達することなくボールを相手コートに返した時)
- ⑬テクニカルファウル (故意にプレーを遅らせる・ボールを蹴る・  
ネットにぶらさがるなどフェアプレーの精神に反する  
プレー・行動は罰せられる)

## ノーカウント

- ①審判の意見が分かれ、主審が判定を下さなかった時。
- ②プレー中にボールが割れたり、空気が抜けた時。
- ③2回目までのプレー中、ボールがネットに引っかかった時。
- ④ダブルファウルがあった時。  
\*ダブルファウルとは、両チームのプレーヤーが同時に反則を犯した時や、  
両チームのプレーヤーがネット上で同時にボールを押し合い、  
ボールが停止したときの事を言う。

## ボールの イン・アウトの判定

ボールの接地面で、イン・アウトの判定をする。  
但し、ボールの接地面が区画線に触れているときはインとする。

## ゲーム開始、終了

- ①両チームはネットを挟んで整列し、挨拶を行い所定のポジションにつき、主審の「プレーボール」の吹笛によってゲームを開始する。
- ②セット間のコートチェンジは、セット終了ごとに、プレーヤーがエンドラインに整列し、主審の合図によってサイドラインの外を反時計方向に回り行う。
- ③ゲーム終了後、主審は双方の主将と共に得点を確認する。
- ④ゲーム終了後、両チームはネットを挟んで、整列し挨拶を行い退場する。

## 勝敗の決定

- ①先に15点を得たチームをそのセットの勝者とする。  
デュース（14-14）の場合は、2点差がつくまで行う。
- ②1試合のセット数は3セットし、2セットを先取したチームを勝者とする。

☆このルールは、ソフト・ミニ・バレーボール競技規則を抜粋したものであります。

☆特に定めのない項目については、  
（財）日本バレーボール協会のバレーボール（6人制）競技規則に準ずる。