

キンボール

キンボールのゆらい

キンボールとは、1987年にカナダで体育教師をしていたマリオ・ドウマース氏によって考案されたスポーツです。彼は若者の無気力感や他人事には無関心である実態に触れ、ある種の危機感を抱きました。

彼は「生きる喜びなど感動の共有や協調性を高める」事がこれからのスポーツの重要な使命であることに気付き、思考錯誤を重ねた結果、このキンボールを生みだしました。同時にケベック州キンボール連盟が政府公認のもと設立され日本には1997年に紹介されました。

キンボールの「キン」は、英語の「キネシス (Kinesthesia)」の略で「運動感覚」の意味です。従ってキンボールとは、英訳では運動の感覚を楽しむボールゲームとなります。

運動神経を磨いたり、競ったりする一面的な記録主体の競技ではなく『運動によって「励まし・助け合い・感動の共有や協調性」を高めていく』そんなコンセプトを具現化したスポーツがこのキンボールと言えます。

ゲームの概要

キンボールは、1チーム4人の3チームでプレーするスポーツで、直径122cm・約1Kgのゴムボールを「サーブ」「レシーブ」を繰り返して点数を競います。

サーブの前に「オムニキン」という言葉と、レシーブチームを指名するためにそのチームの色をコールしなければなりません。
チームカラーは <ブラック> <ピンク> <グレー> の3色である。

またサーブの瞬間にはチームメンバー全員がボールに触れていなければならないなど、他のボールゲームにないユニークさが特徴です。
得点は、レシーブチームに指定されたカラーのチームがレシーブに失敗すると他の2チームに1点ずつ加点され、1セット15分の3セットの総得点で競います。

コート

コートサイズは最大21m×21m、最小15m×15mで、この範囲内の屋内であれば壁や天井を境界線として利用しプレーすることもできる。
また参加者の身体条件や年齢を考慮してコートサイズを決めてもよい。



用具

- ①直径 122cm (48 ｲﾝﾁ)、重さ 1kg (2.2 ﾎﾝﾄﾞ) のキンボール1個。
- ② [ブラック] [ピンク] [グレー] の3色ゼッケンもしくはビブス等で、4枚必要。
- ③ストップウォッチ (必要に応じて、屋内にある時計を利用してよい)。
- ④キンボールの空気入れ用のフットポンプ (電動ブロアがあれば楽である)。

ゲーム進行

- ①チーム4名の3チームでプレーし「サーブ」と「レシーブ」を繰り返して点数を競う。サーブの前に「オムニキン」という言葉と、レシーブするチームを指名するために、そのチームの色をコールしなければならない。
- ②競技時間は、15分-3分-15分-3分-15分の3セットマッチで、各セット 1回=30秒のタイムアウトを要求できる。
- ③第1セットのサーブチームは各チームのキャプテンがジャンケンをして決め、コート中央からのサーブでゲームを開始する。
- ④サーブチームもしくはレシーブチームに反則やミス (サーブしたボールが直接コートの外に落ちた、コート内にボールが落ちた) があった場合、他の2チームに 1点が与えられる。
- ⑤1チームの最大登録人数は12人で、反則やミスがあった後、各チームはプレーヤーを交代することが出来る。

競技規則

- ①試合開始前に、まず各チームのメンバーは、チームカラーを示す。
- ②選手交代はサーブレシーブの失敗、反則が行なわれた時に監督、コーチの指示によって何回でも行なうことができる。
- ③1チームの最大登録人数は12人。ただし、ゲームは1チーム4人で、3チームの計12人で行なう。
- ④サーブ権は、各チームのキャプテンがジャンケン等で決める。
(手や腕でボールを打撃することをサーブという)

10秒ルール

- ①ゲーム開始後、10秒以内にサーブしなければならない。
- ②反則やミスを行ったチームは、10秒以内に反則やミスのあったところから2メートルの範囲内で、チームの3人が同時にボールに触れなければならない。
- ③レシーブチームのプレーヤーの1人がボールに触れてから10秒以内に3人目がボールに触ってサーブの為にボールをセット（固定）しなければならない。

5秒ルール

- ①レシーブチームの3人目のプレーヤーがボールに触れたら、5秒以内にサーブをしなければならない。

サーブ

- ①サーブの瞬間、4人のプレーヤー全員がボールに触れていなければならない。
- ②試合開始は審判のホイッスルで合図し、コート中央からサーブチーム3人がボールを支え、残り1人がサーブする。
- ③サーブの前に「オムニキン」という言葉とレシーブチームの色を言わなければならない。例として、『オムニキン ピンク』と言う。
- ④コールするのは一人のプレーヤーのみ。二人のプレーヤーがボールを固定したらコールしてもよい。

- ⑤同じプレイヤーが2回続けてサーブすることは出来ない。
- ⑥ボールは下向きに飛ばしてはいけない。
また、ボールの直径の2倍（約2.5m=8フィート）以上飛ばさなければならない。
飛ばす方向は、上側か横に水平に打つ。

レシーブ

- ①ボールが床につく前にコート内でボールを捕らえなければならない。
- ②レシーブするチームは、ボールが床に付かない様にする為に体のどの部分を使ってボールをキャッチしても構わない。
ただし、つま先でのキックは、怪我やボールの破損に繋がるので禁止する。
- ③ボールのナイロンカバーや、口の部分をつかんでレシーブをしてはいけない。
- ④レシーブ後、ボールを持って移動する事やチームメイトにパスする事も出来るが、3人目がボールに触れたら、その場からボールを動かす事は出来ない。

得点

- ①反則やプレーに失敗があった場合、主審はホイッスルを1回鳴らし、各1点が、他2チームに与えられる。
- ②警告を受けた場合、他チームに点数が与えられる。
*警告による点数は
最初の警告の場合、1点が他の2チームに与えられる。
2回目から5回目の警告の場合、5点が他の2チームに与えられる。

退場

チーム（監督・コーチも含む）が、スポーツマンらしくない行為をし、個人的な警告を2回受けるとその人は退場となる。
試合は交代選手を入れて続ける事ができるが、控えの選手がいない場合は3人でゲームを行なう。

また個人に対する警告も、チームに対する警告とみなし、5回の警告を受けるとチーム全員が退場となりそれ以降は2チームでゲームを行なう。

審判員の役割

①主審

- ・ 公平にルールを適用し審判をする。
- ・ 主審の決定が最終であり異議申し立てることは出来ない。
- ・ ゲームスタートの進行、警告を発しペナルティを課す。
- ・ 選手の交代、ボールを持っている時間を計る。
- ・ 必要に応じてタイムアウトを取ることが出来る。

②副審

- ・ 主審の補佐をする。

③スコアキーパー

- ・ スコアボードに得点を表示し、主審にプレイヤーの警告を通知する。
- ・ 主審にチームの5回目の警告を通知する。

④タイムキーパー

- ・ 試合時間や休憩時間を計る。

⑤ラインズマン

- ・ ボールが境界線を出た場合、主審に合図を送る。