

シッティングバレーボール 自然の家 Ver

場所	プレイホール (半面での貸出)		
時間			
値段	無料		
季節	年間	人数	
準備物	【利用者】 体育館履き、活動に適した服装、救急用品など 【自然の家】 バルバレー (1セット2個) バドミントンネット		

プログラムの概要・ねらい

シッティングバレーボールは、パラリンピックの正式種目であり、座ったまま行うバレーボール。自然の家では、風船に特殊な軽量カバーをかぶせたボールを使用する為、通常のバレーボールよりボールの動きはゆっくりとなり、皆で楽しむことができる。

①準備

サービスセンター受付でプレイホールの倉庫の鍵、道具を受け取る。
コートとして利用するラインを確認しておく。

②実施の流れ

- 道具：風船カバー、風船 (写真①)
- ルール：シッティングバレーの公式ルールはあるが、ここでは自然の家ルールを紹介



<コート>

- ・バドミントンのコートとネット使用する。(2面分有り。ネットの高さは約1mに設定する) (写真②③) ※プレイヤーに合わせて、高さを調節することも可能

<チーム>

- ・1チーム6名で編成。
- ・2チームで試合をする。(試合をしていないチームは空いているスペースで待つ)

<ゲームの進め方> ※基本はバレーボールのルールを適用

- ・床にお尻の一部が常に接触したまま行う。
- ・ジャンケンで勝ったチームが、サーブとコートを選ぶ。
- ・サーブは、コートのいずれかの場所からもでき、アンダーハンドで行う。
- ・サーブは、2回までできる。2回連続してミスをする则相手チームにサーブ権が移り相手の得点となる。
- ・サーブ権は、自チームがミスしない限り連続して行う。ミスするとサーブ権は相手チームに移り相手の得点となる。(ラリーポイント制)
- ・サーブ権を連続して得た場合は、自チーム内のプレイヤーが交代で行う。
- ・サーブをブロックすることも可能。
- ・6タッチ以内に相手コートに返球する。



<勝敗の決め方>

- ・1セット15点先取の2セットマッチ。デュースは行わない。
- ※得点数、セット数は自由に変更可

<反則(失点)>

- ・ボールが相手コートに入らなかった時。
- ・インプレー中にネットに触れた時。
- ・頭上より打ち降ろすサーブをした時。
- ・サーブ、ブロック、アタックなどで立ち上がった時、飛び跳ねたりした時。
- ※安全には十分に気を付け、けがのないよう留意する。



③後片付け

備え付けの掃除用具で、プレイホールの床をモップがけする。
使用した器具や用具を倉庫の元の場所へ片付ける。
倉庫の鍵、道具をサービスセンター受付へ返却する。
器具や用具に破損や故障があった場合は、サービスセンター受付に申し出る。