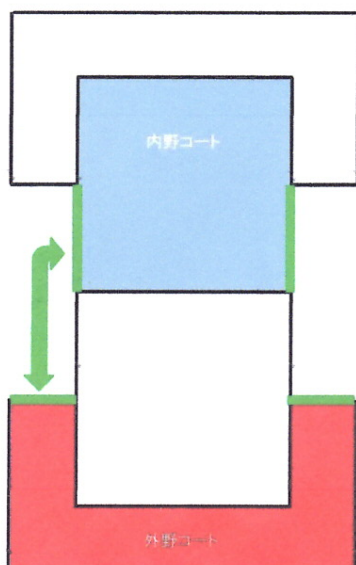


## ドッジボールの簡単なルール



- 1試合5分です。
- 1チーム12名（ジュニア、キッズは10人）内野の数が多いチームの勝ち。
- 4～6年：オフィシャル（3号ボール）  
3～4年：ジュニア（2号ボール（Jrボール））  
1～2年：キッズ（1号ボール（ピンクボール））

### <ファイブパス>

- パス5回までに相手チームへ攻撃しなければ、「5パス」の反則で、相手チームのボールになります。（内野外野の連続パスは4回まで。）

（「5パス」にならないように、みんなで大きな声で、『1、2、3...』とカウントすれば良いですね。）

### <フライングスロー>

- 試合が1度止まった時、自チームからボールを始める場合、右図のように、**両手でボールを持ち、頭の上に高く上げて、審判の笛が鳴ってから、ボールを投げてください。**これを忘れると、「フライングスロー」の反則で、相手ボールになってしまいます。



### <ダブルパス>

- パスの途中で、自分がボールをつかんだら、**必ず自分でパスか、アタックをしなければなりません。**内野同士、外野同士でパス（となりの子にボールを渡してもダメ）をすると、「ダブルパス」の反則で、相手ボールになってしまいます。

### <ダブルタッチ>

- 内野で、相手チームのアタックに**当たってしまったら、そのボールにさわってはいけません。**もし、ぐうぜんボールを持ってしまったら（ボールが床と身体にはさまれた場合など）、その場にそっとボールを置いてください。
- 内野で当たって、外野に出るときは、**上図の緑線から審判の後を通過して外野に出ます。**（外野か内野に入る時も同じです）

### <オーバーライン>

- **投げる時、投げた後、ラインを踏んだり、またいだりすると、「オーバーライン」で相手ボールになります。（一番多いミスなので、投げる時は落ち着いてね。）**

### <ワンタッチ>

- 外野の選手が、手のひらでボールをタッチしてから、コートの外にボールが出た場合は、「ワンタッチ」で、最後に触れた外野の選手から再スタートします。（手のひら以外は、「ノータッチ」と判定され、相手チームのボールになります。）
- 「ワンタッチ」をしても、審判の笛が鳴るまでは、ラインを踏んだり、またいだりしてはいけません。笛が鳴る前にコートを出ると、「オーバーライン」の反則になります。

「オーバーライン」、「フライングスロー」、「ファイブパス」が一番多いミスです。特にこの3つに注意して頑張りましょう！！