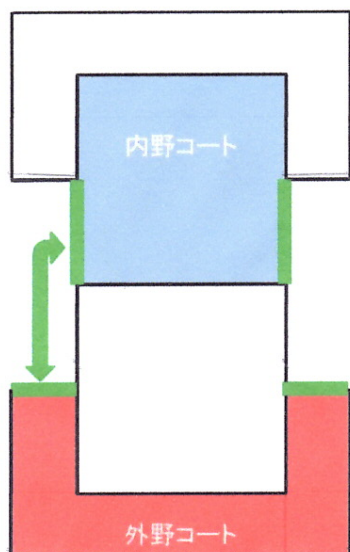


ドッジボールの簡単なルール



- 1試合5分です。
- 1チーム12名（ジュニア、キッズは8人）内野の数が多いチームの勝ち。
- 3～6年：オフィシャル（3号ボール）
1～4年：ジュニア（2号ボール（ジュニアボール））
1～2年：キッズ（当たっても痛くないキッズボール使用）

<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、「ファイブ・パス」の反則で、相手チームのボールになります。（内⇄外野の連続パスは4回まで。）（外野どうしのパスは「ダブルパス」の反則です。）
（「ファイブ・パス」にならないように、みんなで大きな声で、『1、2、3...』と数えれば良いですね。）

<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。**内野どうし、外野どうしでパス（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、その場にそっとボールを置いてください。（ボールを投げ捨てたり、誰かに渡さないでね。）

<アウトプレー>

- 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。**（外野から内野に入る時も同じです）相手チームのコート（上図の白いエリア）にはぜったいに入らないでね。

<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。）**
（ボールを持っている時は、ラインをぜったい踏まないでね！）

<ワンタッチ>

- 外野の選手が、手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。（腕などの手以外は、「ノータッチ」と判定され、相手チームのボールになります。）
（笛が鳴る前にコートを出でいかにないようにしましょう）

「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！！