

ドッジボールルール

表紙

ドッジボールとは、二チームに分かれて、相手チームの身体にボール投げて当てるゲームです。

ボールが“あたり”になるには様々なルールがあります。

また、コートを使って、当たった人や、当てた人は移動するルールもあります。

今回は同じ“ルール”をみんなでもって、守って遊ぶと

もっと楽しくなるので、そんなルールをみんなでも確認していきましょう。

- ① まずはじめに、ボールは、相手チームの子にめがけて投げるよ。
相手チームの子がボールをキャッチしたり、よけたりすれば、“あたり”にはならずセーフになります。
ボールを投げられるチームの子はしっかりとボールを見て、よけたり、キャッチしたりします。
- ② ボールを投げる子は、相手チームの子の、体や、足を狙って投げるよ。
もし、ボールをキャッチできないで、身体に当たって地面に落ちたら、“あたり”になってアウトになります。
- ③ ボールが当たってしまっても、地面に落ちずに仲間チームのともだちがキャッチした場合はセーフです。
- ④ 敵チームの子が投げたボールが、地面に一回落ちて当たった場合もセーフです。

- ⑤ ボールから逃げる子はしっかりと目でボールを追いかけることが大事だよ。ボールから目を離すと、間違っって頭に当たってしまうこともあるのでとても危険なので注意しましょう。頭に当たってしまった場合は、セーフになります。ボールを投げる子も、頭や顔は危険なので、必ず狙わないようにしてください。
- ⑥ ボールをキャッチした子は、なるべく早く投げるよ。

早く投げることによって、敵チームが逃げている途中で投げられるから、より近くで投げられて当たりやすくなるよ。
(ボールを持ったなら3秒以内に投げましょう等、園のルールによって文章を変えてください)

- ⑦ 味方チームの近くの子同士で、ボールを渡すことはしません。

その間に敵チームの子は遠くに逃げてしまうよ。また、沢山投げることによって、段々投げる事が上手になってくるので、苦手だな、と思う子もなるべく頑張っって自分で投げてみようね。

(このルールは決まりではないので、味方チームでボールを渡しあいてもOKな園ではなくても大丈夫です)

- ⑧ 次はコートの確認をします。コートは、こんな風に線が描いてあるよ。線の内側を、内野、線の外側を外野と呼びます。
- ⑨ チーム分けをして、コートに入るときはこのようになります。分かりやすいように色を付けてみました。最初から外野の子は一人か、二人。人数は敵チームの子と同じ人数にしましょう。みんなでも相談して内野か外野を決め、自分の場所が決まったら、自分の陣地からはみ出ないように位置につきます。陣地は、チームの場所のことだよ。