

# 誰でもわかる！スーパードッジボール

関係者各位様：この「誰でもわかる！スーパードッジボール」はHP 管理人が初心者だった頃の自分を思い出し、初めてスーパードッジボールに触れる方のために書いたものです。そのために実際のルールと若干の表現や解釈の違いがあると思いますがご理解ください。

## スーパードッジボール

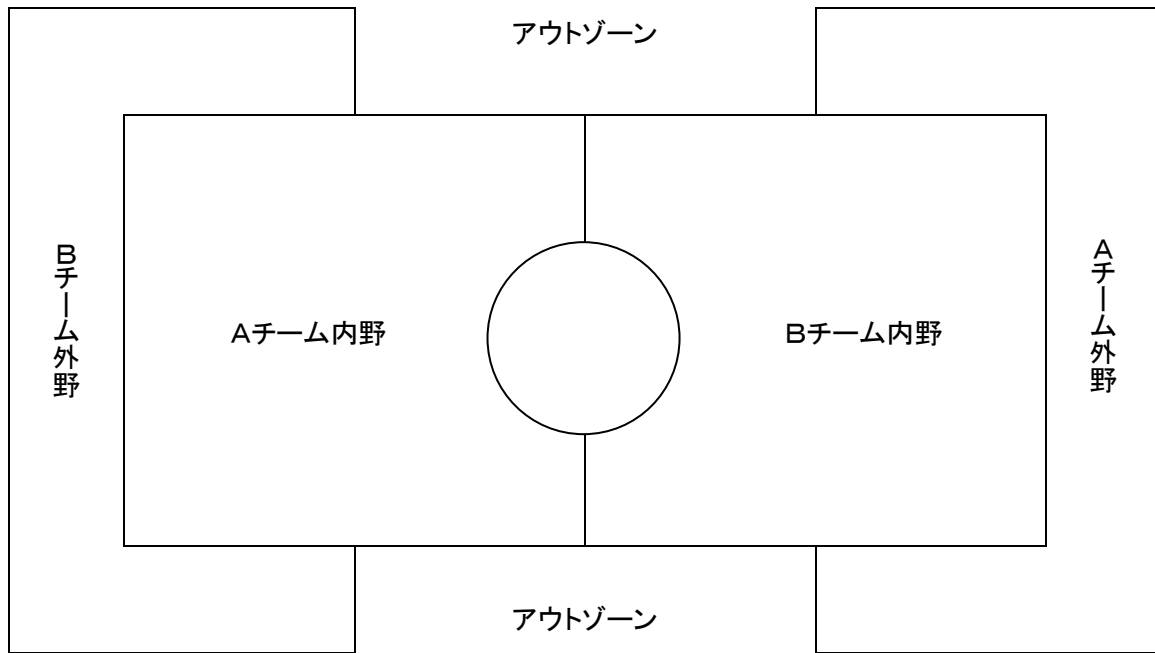
子供たちが学校の休み時間に校庭で遊んでいるドッジボールは、学校や地域によりルールに違いがあります。

私たちツナマヨネーズが行っているスーパードッジボールとは、日本ドッジボール協会が定める公式ルール(統一ルール)で行う競技ドッジボールのことです。学校でのドッジボールとはルールが違います。

スーパードッジボールには、12人制(ファイターズリーグ等)と8人制(チャレンジリーグやジュニアリーグ等)があります。公式戦は12人制で行われ、全国大会や地方大会があります。公式戦以外にもカップ戦や交流会があります。

試合時間は1セット5分、試合終了時の内野の人数で勝敗を決めます。人数が同じときにはサドンデス(延長戦)を行い、勝敗を決めます。

プレーするコートは下の図(内野は10メートル×10メートルの正方形、外野は幅3メートルのコの字型)のような形です。



## 試合の流れ

各チームのプレーヤー数を主審・副審が数え、内野と外野にプレーヤーが分かれた後、ジャンプボールにより試合開始。通常試合は1セット、トーナメントの決勝などは3セット。試合時間は1セット5分。タイムアウト時、時計は止まる。

各チームともアタッカーを決めてアタッカー中心で攻撃をする。通常試合開始時、各チームとも内野のアタッカーは1～3人、外野のアタッカーは1人でポジショニングすることが多い。試合開始時の外野プレーヤー数は決められているわけではなく、1人以上であれば何人でもよい。

パスを回し、チャンスが来るとアタック。試合ではパス、アタック、キャッチの繰り返し。カットマンがいるチームは相手のパスボールをカット。5分の間に攻守が何回も入れ替わる。外野のプレーヤーは相手を当てた時にだけ内野に入ることが出来る。ただし試合中に外野プレーヤーが0人になってはダメ。元外野プレーヤーも相手プレーヤーを当てなければ内野に入ることが出来ない。

終了時の内野人数で勝敗を決める。リーグ戦ではドロー(引き分け)あり。トーナメントなどで必ず勝敗を決めなければならない時は延長サドンデスを行う。サドンデスは内野人数に差がでた時点で試合終了。

## 用語の解説

### アタック

攻撃すること。ボールが床につく前に相手の体(頭部以外)にあたり、床につく前に相手プレーヤーが取れなければ成功。

### アタッカー

攻撃する人のこと。アタッカーはチームの中心であり、かなり目立つため全プレーヤーのあこがれ。

### キャッチ

相手からのアタックボールをとること。地味だがキャッチはドッジボールの基本。

### パス

アタックのタイミングをとるため味方プレーヤーに投げるアタック以外のボール。パスは4回まで。

### カット

相手のパスボールをとること。アタックボールをキャッチすることとは違う。一瞬でゲームの流れが変わることもある。

### カットマン

カットする人のこと。アタッカーの人がカットマンも一緒にすることが多い。守備ラインから飛び出す鍛えられたカットマンは正に玄人。職人技と言え、見応えあり。

### ジャンプボール

コートセンターに各チーム1名ずつ出て、主審の放り投げるボールをジャンプして、ボールの支配権を争うこと。

### アウトとセーフ

相手の投げたボールが床につく前に体(頭部以外)に当たり、床に落ちる前に自分または見方がキャッチできなければアウトの判定。速やかに外野に出なければならない。体に当たったが当たる前に一度床についた攻撃、オーバーライン、頭部への攻撃、自分または見方がキャッチできればセーフの判定。なお学校のドッジボールと違うところは、当たったボールが床に落ちる前に数人に当たったとしても、一度にアウトになる人は最初に当たった人だけ。

### ファール

反則のこと。ファールをすると相手ボールになり、試合再開。

## ファールの説明

### ファイブパス

味方同士のパスは4球まで、5球以内で攻撃しないとイケません。

### ダブルパス

内野プレーヤー同士、外野プレーヤー同士でパスをすること。

### オーバーライン

ラインをふんだりこえたりしたらファールです。6人の審判が見ています。しっかり足元を気にしましょう。

### ホールディング

相手エリアに転がっているボールを拾うとファールです。宙に浮いているボールのキャッチはセーフです。

### ヘッドアタック

攻撃したボールが頭や顔に当たるとファールです。

### ダブルタッチ

アウトになったプレーヤーがアウトの直後に内野でボールにさわること。

### キープ・オブ・ファイブ

ボールを5秒以上持っていること。

### フライングスロー

審判が試合を止めた後、再開の笛を吹く前にボールを投げること。

### アウトプレイ

試合中にプレーヤーが相手コート内に入ること。内野プレーヤーがアウトになり外野に行くときに取られることが多い。