

ピロポロ

ホッケーを「手軽に楽しく」の発想からスティックやボールはスポンジ製の安全なものを使用しますが、競技性に優れ年齢を問わず楽しむことができる人気のスポーツです。

場所(屋内)

- 体育館など

人数

- 1チーム6人(6人对6人)
- ※ゴールキーパーは設けない

用具

- ピロポロスティック(スポンジ製)
- ボール(スポンジ製)
- ゴール

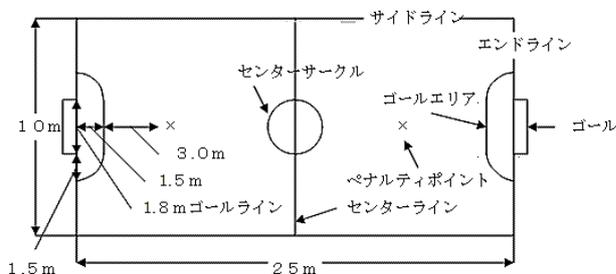


競技方法(主なルール)

- ① チーム代表がジャンケンをして勝ったチームが左右どちらかのゴールを選びます。
- ② 主審が笛を鳴らし「位置について」のコールで両チームの代表がセンターサークルへ、残り選手が自陣コート(相手のゴールエリアがある方のコート)で待機します。
- ③ ゲーム開始は、フェイスオフ(主審が手を上げ、腰の位置からセンターサークル内に落としたボールをチーム代表1名が取り合う)で行い、パスをつなげて相手ゴールを狙います。
- ④ ボールがゴールに入ると、試合開始時同様にフェイスオフで再スタートします。
- ⑤ 相手ゴールにボールが入ると1点となり、3点先取で1ゲームが終了します。
- ⑥ 1ゲーム終了ごとにコートチェンジを行います。
- ⑦ 反則をした場合は、相手チームがフリーショットを行います。フリーショットをする選手以外は、フリーショットの地点より2m以上離れます。
- ⑧ 試合時間は、1ゲーム10分間とし、時間内に3点先取した時点でゲーム終了となり、同点の場合は、各チームから3名がゴールエリアの3m前(ペナルティポイント)よりゴールに向かって1回ずつショットし、その得点により勝敗を決めます。それでも決まらない場合は、残りの選手が1名ずつ出て、サドンデスで決定します。
- ⑨ 1試合は、3ゲームマッチで行い、2ゲーム先取した方が勝ちとなります。
- ⑩ メンバーチェンジ(選手交替)は、時間内であれば自由に何回でもできます。

★コートについて

- ① コート(25m×10m)のラインを引きます。
- ② コート中央に直系1.5mのセンターサークルを引きます。
- ③ エンドラインの中央より2mのところにゴールを置きます。
- ④ ゴールの両前端より半径1.5mの円を描き、ゴールエリアのラインを引きます。
- ⑤ サイドラインから5m、ゴールラインから4.5mのところにペナルティポイントの印(x印)をつけます。



★ポイント

- パスをする時は、スティックをやや傾けてショットすると正確なパスができます。
- パスを受ける時は、スティックのスポンジ部分を少し引くようにして受けましょう。
- ドリブルは、身体より前でボールを保持し、スティックのスポンジ部分を左右に入れ替えながら押すようにしましょう。

