

ビーチバレーボール競技の見方

ビーチバレーボールの歴史

ビーチバレーボールの国際競技（2人制）規則は、1992年4月ローザンヌにおいて開催された国際バレーボール連盟（以下「FIVB」という。）の理事会で承認されて誕生しました。

ビーチバレーボールは1920年代にアメリカ合衆国の西海岸サンタモニカで生まれ、砂の上のレジャースポーツとして発展。1980年代には全米プロ・サーキットがスタートし、ビーチバレーボール人口も1000万人を越える人気スポーツとなっています。

FIVBは、ビーチ・バレーボール・カウンシルを組織し、1989年からビーチ・バレーボール・シリーズを開催しており、1996年アトランタ・オリンピックの正式種目として採択されました。

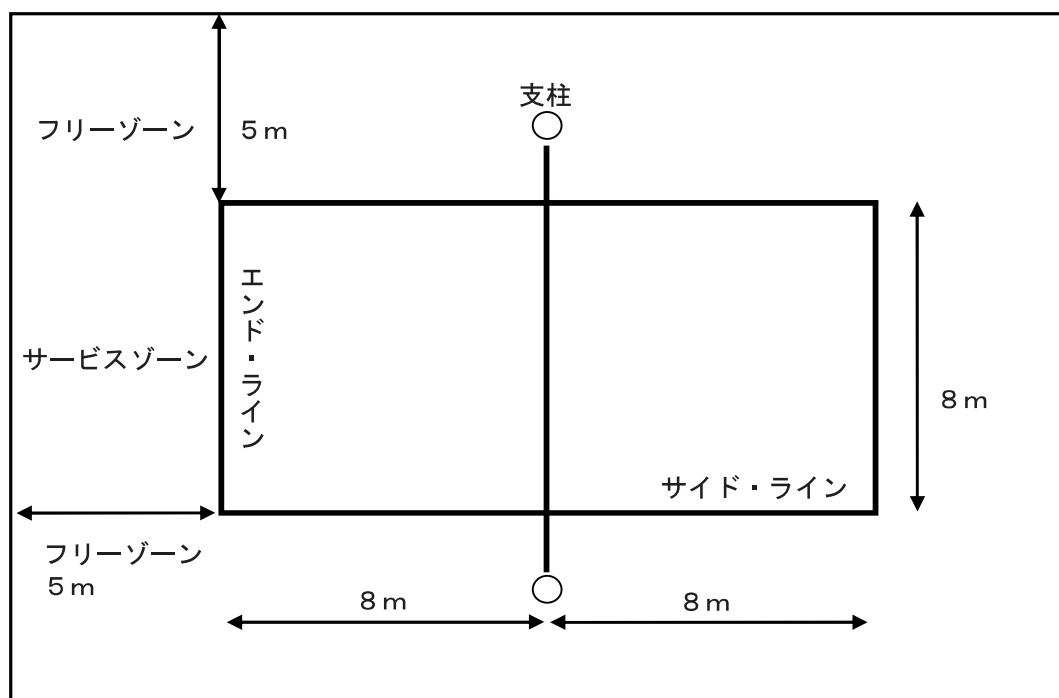
日本バレーボール協会（JVA）は、1989年2月の評議委員会の承認を得て、1989年4月に「日本ビーチバレーボール連盟」を発足させ、ビーチバレーボールの普及、発展に力を入れてきました。

1993年4月に「日本ビーチ&ソフトバレー連盟」に改組し、1997年4月にビーチバレーボール、ソフトバレーボールそれぞれの連盟が独立し、新たに「日本ビーチバレーボール連盟」として発足しました。

2020年に開催される東京オリンピックに向けて、2017年の第72回国民体育大会（愛媛国体）から正式競技として採用され、2019年の第74回国民体育大会（茨城国体）からは18歳以下（高校生）の種目となっています。

ビーチバレーボールのルール【2人制】

1 コート





2 ネットの高さ

少年男子 2 m43cm 少年女子 2 m24cm

3 チーム編成

両チームは、それぞれ2名のプレーヤーで試合を行い、選手の交代は認められていない。

4 競技方法

第1・第2セットは21点先取とし、第3セットは15点先取とした3セットマッチで行い、2セット先取したチームが試合の勝者となる。

5 競技開始

サービス権を得たチームの第1打順のプレーヤーがサービスゾーン内でサーブを行うことによって競技が開始される。

6 サービス

サービスは1回限りで、主審のサービス許可の吹笛後、5秒以内にサービスゾーンからサーブを行う。サービスボールがネットに触れて相手コートに入っても反則にはならない。

7 サービス権の順番

選手は、スコアシートに記入されたサーブ順に従わなくてはならない。

8 ポイント（得点）

サービス権の有無に関係なくラリーに打ち勝った場合に1点が与えられます。

21点3セットマッチで行い、第1・第2セットとも20対20の同点の場合は、どちらかのチームが2点リードするまで、競技は続行される。第3セットは15点先取とし、14対14の同点の場合は、どちらかのチームが2点リードするまで、競技は続行される。

9 コートスイッチ（チェンジ・コート）

第1・第2セットでは、両チームの合計得点が7点の倍数になるごとに、第3セットでは5点の倍数になるごとに速やかにチェンジ・コートを行う。この場合、チェンジ・コート間にインターバルはない。

第2セットは、最初のトスに負けたチームに選択権があり、第3セットはコイントスによって決める。

10 タイム・アウト

両チーム1セットにつき1回、30秒間のタイム・アウトが認められる。第1・第2セットにおいて、両チームの合計点が21点になったときは、30秒のテクニカル・タイムアウトが取得できる。

11 ボールをプレーできる体の部分

身体のいかなる部分でもプレーすることができる。

12 キャッチ・ボール（ホールディング）

ボールがプレーヤーの手、あるいは腕などに静止したり、ボールを持ち上げたり、押し付けたり、投げたりするプレーは反則となる。

13 ダブル・コンタクト（ドリブル）

- （1）ブロックの場合を除き、同一人物が2回連続してボールに触れると反則になる。
- （2）ブロックの場合、ブロックした人物は2回連続してボールに触れることができる。

14 フォア・ヒット（オーバータイム）

- （1）チームは、相手コートにボールを返すまでに3回に限ってプレーすることができる。
- （2）ブロックの接触は、そのチームの1回のプレーとして数えられ、その後さらに2回のプレーができる。

15 アタック・ヒット

オーバーハンドパスで、両肩に対して直角でない方向にパス・アタックして相手コートに返球することは反則である。

16 ブロック

ネットを越して相手コートから飛んでくるボールをネット上端より高い位置で止めるとき、オーバーネットしても反則にはならない。

17 タッチネット

- （1）選手がボールをプレーしているとき、またはプレーを妨害しようとしてネット及びアンテナに触れることは反則になる。ただし、ボールをプレーしようとしていないとき偶然にふれた場合は反則にならない。
- （2）選手は、ボールをプレーした後、相手方のプレーに影響を与えない限り、支柱、ロープあるいはネットの全長より外側のいかなる物体に触れても反則にはならない。
- （3）ボールがネットに打ち込まれ、そのためにネットが相手方競技者に触れても反則にならない。

18 ペネトレーション・フォールト（オーバー・ネット）

相手コート上にあるボールを、ネットを越えて攻撃したり、相手のプレーを、ネットを越えて妨害すると反則になる。ただし、ブロックのとき、ネットを越えて両手や両腕を出すことができるが、相手方選手がアタック・ヒットを完了するまでネットを越えてボールに触れると反則になる。

19 スクリーン

サービングチームの選手が、サーバーやサービスボールのコースが相手方チームに見えないように妨害をしている場合、相手側の要求があればスクリーンを形成している選手は、横に移動しなければならない。

バレーボール競技の見方

バレーボールの歴史

バレーボールは1895年、アメリカ合衆国で新しいゲームとして、W・G・モーガンによって創案され、YMCAを通じて全米各地に、そして世界各国へと伝えられた。今日では、220を越える国々が国際バレーボール連盟（FIVB）に加盟する世界で最も競技人口が多い（約5億人の）スポーツとされている。

わが国には1913年、YMCA体育主事F・H・ブラウンによって紹介された。主としてYMCAを中心に競技は行われていたが、1919年大阪毎日新聞社の主催により女子中学校大会が開催されたのが体育大会にとりあげられたはじめてであった。当初わが国では9人制バレーボールが盛んに行われていて、1919年ごろより神戸高商を中心に研究と普及につとめた。そして、1923年には第6回極東オリンピック大会に参加するまでに発展した。

第二次世界大戦後、バレーボール競技は急速に普及、発展し、国民に最も親しまれるスポーツの一つとなった。1951年には国際バレーボール連盟に加盟、9人制に加え6人制も盛んに競技されるようになった。1953年早大の渡米を皮切りに幾多の国際大会に参加するようになり、日本の6人制バレーボールの技術は、長足の進歩をとげ、アジア競技大会、世界選手権大会において輝かしい戦績を収めるに至った。

1964年東京オリンピック大会では、初めてオリンピック正式種目となったバレーボール競技で、全日本女子は大松博文監督の指導の下、金メダルを獲得した。変化球サーブや回転レシーブなどを駆使した「東洋の魔女」の黄金期が訪れ、1968年メキシコ、1972年ミュンヘンの両大会で銀メダル、1976年モントリオール大会では2度目の金メダルに輝いた。だが、1984年ロサンゼルス大会の銅メダル獲得後は不振もあり、2000年にはシドニー大会で初めて出場権を逃した。しかし、2012年ロンドン大会では、準々決勝でアジアの強豪中国を破り、3位決定戦で韓国を下し、28年ぶりに銅メダルを獲得した。2024年ネーションズリーグでは男女揃っての銀メダル獲得となり、パリ大会への勝機ムードが高まった。

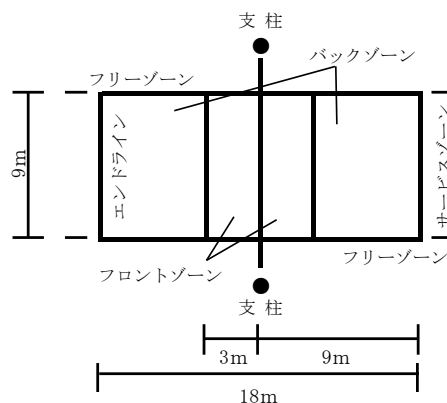
また、全日本男子は東京大会、メキシコ大会、そしてミュンヘン大会では金メダルといった輝かしい成績を収め、時間差攻撃など新しい技術を開発して世界のバレーボールをリードしてきた。その後、各国の競技水準の伸長に押されつつも2008年北京大会に出場するなど健闘をみせ強化体制の改革に着手し、2019年ワールドカップでは、史上最多の8勝を挙げて実に28年ぶりとなる4位入賞。さらに2023～2024年は、ネーションズリーグで世界大会で初の連続メダル獲得（銀・銅）をし、各選手の成長とチームの熱い戦いぶりに、パリ大会でも眼を離せない状況となり、真にナンバーワンとなる勢いがある。

このように今やバレーボールは国民の人気スポーツとして、その普及、拡大にはめざましいものがあり、9人制バレーボールやビーチバレーボール、ソフトバレーボールなど全国各地で盛大に大会が開催されている。

SAGA2024国スポでは、小城市、佐賀市、吉野ヶ里町、みやき町、鳥栖市の5つの市町を巡る各会場において熱戦が繰り広げられ、真の日本一のチームがみなさまの目前で決まる。その歓喜の瞬間をお見逃しなく。

6人制バレーボールのルール

1 コート



2 ネットの高さ

種 別	男 子	女 子
成 年 の 部	2 m43cm	2 m24cm
少 年 の 部	2 m43cm	2 m24cm

3 チームの編成

- (1) 国スポ（佐賀）バレーボール競技別実施要項により、1チームの監督・選手は次のとおりである。

種 別	監督	選手	計
成 年 男 子	1	14	15
成 年 女 子	1	14	15
少 年 男 子	1	12	13
少 年 女 子	1	12	13

- (2) 試合は、両チームおのおの6名のプレーヤーで行われる。

4 得点を得て、セット・試合に勝つこと

- (1) サービス権の有無に関係なく、ラリーに勝った場合にチームは1点を得る。
- (2) セットは（5セットマッチの最終第5セットを除き）最低2点をリードし、25点を先取したチームが取る。24-24の同点になった場合は、2点のリードが得られるまで続く。
- (3) 5セットマッチの最終第5セットは、最低2点をリードし、15点になるまで続けられる。
- (4) 成年男女は全試合5セットマッチで行う。3セットを先取したチームが試合に勝利する。
- (5) 少年男女は3セットマッチで行う。2セットを先取したチームが試合に勝利する。
ただし、準決勝、3・4位決定戦、決勝戦は5セットマッチで行われる。

5 競技開始

- (1) 両チームはエンドライン（多面コート）、あるいはコート中央（特設1面）に整列し、主審の合図により一礼した後、ネット付近で握手をする。
- (2) その後スターティングプレーヤー（各チーム6名）がコートに入る。
3・4位決定戦、決勝戦では、アナウンスにより紹介されたスターティングプレーヤーが1名ずつコートに入る。
- (3) サービス権を得たチームの最初のサーバーが、サービスゾーン内でサービスを行うことによって競技が開始される。

6 インターバルとコートチェンジ

- (1) セット間の時間をインターバルという。すべてのインターバルは3分間である。
- (2) 各チームが第1セットでどちらのコートに入るかは、試合開始前に両チームキャプテン立ち会いのもとに行うコイントスによって決める。各セット後コートチェンジする。
- (3) 最終セットでは、どちらかのチームが8点（5セットマッチ）、あるいは13点（3セットマッチ）に達したときにコートチェンジする。

7 ボールをプレーすること

- (1) インプレー中の選手によるボールへの接触を「ヒット」という。
チームは、返球のため最大3回のヒット（ブロックに加えて）が許される。
- (2) ボールは、身体の中の部分で触れてもよい。（足や脚や頭でもよい）

8 ボールをプレーするときの反則

- (1) フォアヒット：チームが返球する前に、ボールを4回ヒットすること。
ただし、ブロックの接触はチームヒットの回数に数えない。
- (2) アシステッドヒット：チームメイトまたは構造物・物体からの助けを得ること。
- (3) キャッチ：ボールをつかむ、または投げること。
ボールが手・腕などに静止したり、ボールを持ち上げたりすると反則となる。

- (4) **ダブルコンタクト**：1人の選手が連続してボールを2回ヒットすること。またはボールが1人の選手の身体の様々な部分に連続して触れること。ただし、チームの最初のヒットでは、1つの動作中であれば、ボールは身体の様々な部分に連続して接触してもよい。

9 サービス

- (1) サービスとは、自らトスしたボールを片方の手（腕）で打ち、ネットを越えて相手コートに送るプレーである。サービスが打たれた時点でインプレーとなる。
- (2) サービスのトスは、1回だけ許される。（やり直しは認められない）
- (3) サービス許可のホイッスルの後、8秒以内にボールをヒットしなければならない。
- (4) サービスボールがネットに触れて相手コートに入っても反則にはならない。
- (5) 選手は、セット開始前にチームが提出したラインアップシートに記入されたサービス順に従わなくてはならない。
- (6) 第1セット、最終セットで最初にサービスするチームは、両チームキャプテンの立ち会いのもとに行うコイントスによって決める。他のセットは、直前のセットで最初のサービスを打たなかったチームのサービスにより開始される。

10 アタックヒットの反則

- (1) バックプレーヤー（後衛）が、フロントゾーン内でネット上端よりも完全に高い位置にあるボールをヒットして攻撃したとき、反則となる。ただし、バックゾーンから踏み切って攻撃したときは、反則とはならない。
- (2) 自チームのフロントゾーン内にいるリベロが指を使ったオーバーハンドパスで上げたボールを、他の選手がネット上端より高い位置で攻撃したとき、反則となる。

11 ブロック

- (1) ブロックとは、選手がネット上端より高い位置で、相手チームから来るボールをネット近くで阻止する動作のことである。
- (2) フロントプレーヤー（前衛）だけがブロックを完了することができる。ブロックでは、相手チームのプレーを妨害しない限り、選手は手や腕をネットを越えて（相手空間内に）伸ばしてボールに触れてもよい。

12 タッチネット（ネットに接触する反則）

- (1) ボールをプレーする動作中の選手による両アンテナ間の接触は反則である。ボールをプレーする動作の中には、（主に）踏み切りからヒット（またはプレーの試み）と安定した着地、新たな動作への準備が含まれる。
- (2) 相手チームのプレーを妨害しない限り、選手は支柱、ロープ、またはアンテナの外側にあるネットや他の物体に触れてもよい。
- (3) ボールがネットにかかり、その反動でネットが選手に触れても、反則ではない。

13 ペネトレーションフォルト（相手コートへ侵入する反則）

- (1) 選手の片方の足（両足）が相手コートに完全に侵入したとき、反則となる。
- (2) 片方の足（両足）の一部がセンターラインに触れているか、センターライン真上の空間にあれば、その足（両足）は相手コートに触れてもよい。
- (3) 相手のプレーを妨害しない限り、足首より上の身体のどの部分が相手コートに触れてもよい。

14 オーバーネット（ネットの向こう側に手を伸ばす反則）

- (1) 相手チームのアタックヒットの前、またはその最中に、選手が相手空間でボールもしくは相手選手に触れたとき、反則となる。
- (2) ブロックでは、相手チームのプレーを妨害しない限り、選手は手と腕をネットを越えて伸ばしてもよい。

15 ポジショナルフォルト（ポジションの反則）

- (1) サービスが打たれた瞬間、両チームの選手は（サーバーを除き）それぞれのコート内でローテーション順に位置していなければならない。
- (2) ポジションの反則は、選手のコート面に接している両足の位置により決定される。
- (3) サービスが打たれた後、選手は自チームのコートとフリーゾーンのどの位置にいても、移動してもよい。

16 タイムアウト

- (1) 各チームは、1セットにつき2回までのタイムアウトを要求することができる。
- (2) ボールがアウトオブプレーでサービスのホイッスルの前に、監督がハンドシグナルを示して要求する。チームの要求によるすべてのタイムアウトは30秒間である。
※国際大会などで採用されているテクニカルタイムアウト（どちらかのチームが8点、16点先取した際の1分間のタイムアウト）は、SAGA国スポでは採用しない。

17 選手交代（サブスティテューション）

- (1) 各チームは、1セットにつき6回までの選手交代を要求することができる。
- (2) 交代選手がアウトオブプレー中に、ナンバーパドル（コート内の選手のNO.）を掲げて選手交代ゾーン（センターラインからアタックラインまでのベンチサイド）に入って要求する。
- (3) スターティングラインアップの選手は、1セットにつき1回だけ交代によりコートを離れることができ、また1セットにつき1回だけ、元のポジションに限り、戻ることができる。
- (4) 交代選手は、1セットにつき1回だけスターティングラインアップの選手と交代し、試合に出ることができる。ベンチに戻る場合は、先に交代したスターティングラインアップの選手とだけ代わることができる。

18 リベロ

- (1) 各チームは、守備専門の選手であるリベロを2人まで指名することができる。
- (2) 試合中、いかなるときでもコートに立てるのは、1人のリベロだけである。
- (3) リベロは、チームの他の選手と、主要な部分の色が異なるユニフォームを着用しなければならない。
- (4) リベロは、バック（後衛）のポジションのどの選手とも入れ替わることができる。リベロの入れ替えは通常の選手交代には数えず、回数に制限はない。
- (5) リベロは、バックプレーヤーとしてのみプレーすることができ、いかなる場所からでも、ボール全体がネット上端より高い位置にあるときは、攻撃することが許されない。

バレーボール競技の特性

バレーボールは、ネットによって分けられたコート上で、2つのチームにより行われるスポーツである。すべての人々に幅広く試合を提供できるように、特有の状況に応じた様々な様式がある。

試合の目標は、相手コートにボールを落とすために、ネットを越してボールを送ること、そして相手チームの同様な努力を阻止することである。チームは、返球するために、ボールを3回打つ（ブロックの接触に加えて）ことができる。

ボールは、サーバーが、ネットを越えて相手コートへ打つサービスによって、インプレー状態になる。ラリーは、ボールがコートに落ちるか、ボール”アウト”になるか、又は正しく返球できなくなるまで続けられる。

バレーボールでは、それぞれのラリーに勝つと得点を得る（ラリーポイント方式）。レシーブチームがラリーに勝った場合は、得点とサービス権を得て、そのチームの選手は、時計回りに1つずつポジションを移動する。

SAGA 2024 国スボ
全障スポ
新しい大会へ。すべての人に、スポーツの子カラを。