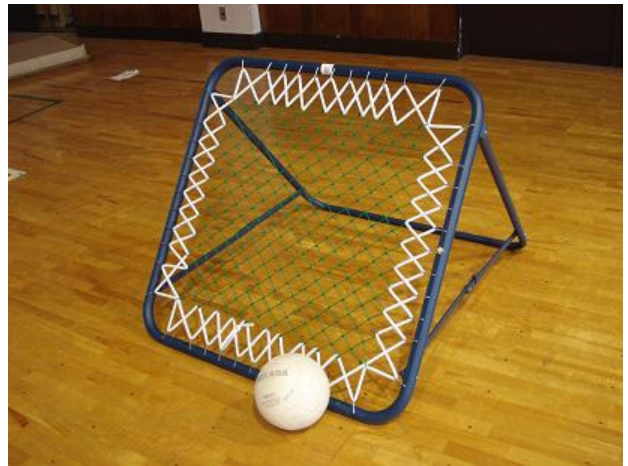


# ハンドボール



スイスの生物学者フランド博士により考案されハンドボールの特徴を取り入れ、ネットにボールをシュートしあうゲームです。

難易度★★★ 人数:4人~9人

## ◎ 用具

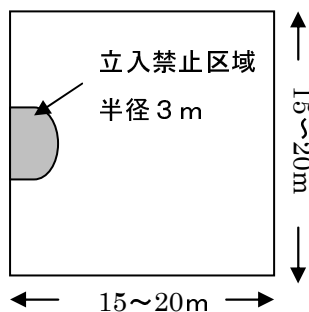
- ◆ ボール・・・周囲 55cm~60cm、重さ約 450gのハンドボール3号球
- ◆ ネット・・・95~100cm×95~100cm位のネット

## ◎ 場所

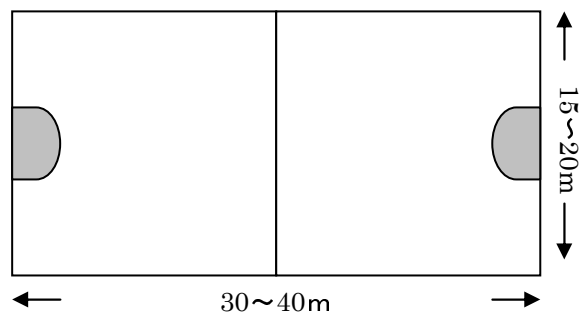
コートは、ワンネットの場合・・・15~20m×15~20mの正方形。

ツーネットの場合・・・15~20m×30~40mの長方形。

ワンネットコート



ツーネットコート



## ◎ 人数

ワンネットの場合・・・4~6人

ツーネットの場合・・・7~9人

## ゲームの進め方 (ツーネットの場合)

1. 試合は、競技時間1ピリオド15分の3ピリオドで、ピリオド間の5分の休憩をとる。
2. ジャンケンで先攻を決め、先攻チームは、シュートするネットの反対側にあるエンドラインの外からスローインして競技開始する。
3. スローインされたボールを3回以内でパスしながら、ネットにシュートする。このとき相手チームは妨害をしてはいけない。相手チームは、シュートされてはね返ってくるボールを予測して、そのボールを落とさないように捕球する。捕球した相手チームは、すぐにシュートするか、3回パスする間に

シュートして、得点を競う。

【得点】

- ・ シュート側の失点  
ネットシュートしたが、ボールが、はね返ってグラウンドについた場合  
シュートし、はね返ったボールを相手チームが取り損った場合
- ・ 相手側の得点  
シュートしたボールが、ネットに当たらなかった場合  
シュートしたボールが、コート外や立ち入り禁止区域に落ちた場合

【反則】

- ・ ボールを持って3歩を超えて歩くこと。
- ・ ボールを脚で蹴ること。
- ・ ボールを3秒超えて持つこと。
- ・ パスを3回越えてパスすること。
- ・ ボールがコート外に出ること。
- ・ 相手チームの競技者に故意にボールを投げつけること。
- ・ パスを失敗してボールを落とすこと。
- ・ 相手チームのパスやボールを持っている相手を妨害すること。
- ・ シュートするとき、ゴールエリアに入ること。
- ・ シュートしたボールを自チームが捕球すること。