令和8年度第48回
箕面市こども会ドッジボール大会ルール

1. 試合時間

クラス（学年）	前半	後半	延長	コートチェンジ等
Aクラス（1～2年生）	7分	7分	2分	3分以内
Bクラス（3～4年生）				
Cクラス（5～6年生）				

- 試合終了の笛は主審の判断でプレイの切れ目で吹きます。
  7分ぴったりではありません。
- 両チームのコートチェンジ後、準備ができしだいすぐに
  後半を始めます。

2. 人数等

（１）ベンチ入りできる人

登録選手と育成者腕章を着用している育成者

育成者は、Aクラス２人、B･Cクラス各１人

- Ａクラスのみ、低学年の引率のため２人体制にしています。
- ベンチでの写真撮影（スマホ含む）はご遠慮ください。

2. 人数等

（２）試合出場人数

A･Bクラス

前半、後半ともに4人以上10人以内

Ｃクラス

前半、後半ともに4人以上8人以内

コートに入れるのは最大１０人（または８人）です。
登録人数が１０人（または８人）以上いる場合は
ベンチ待機となります。

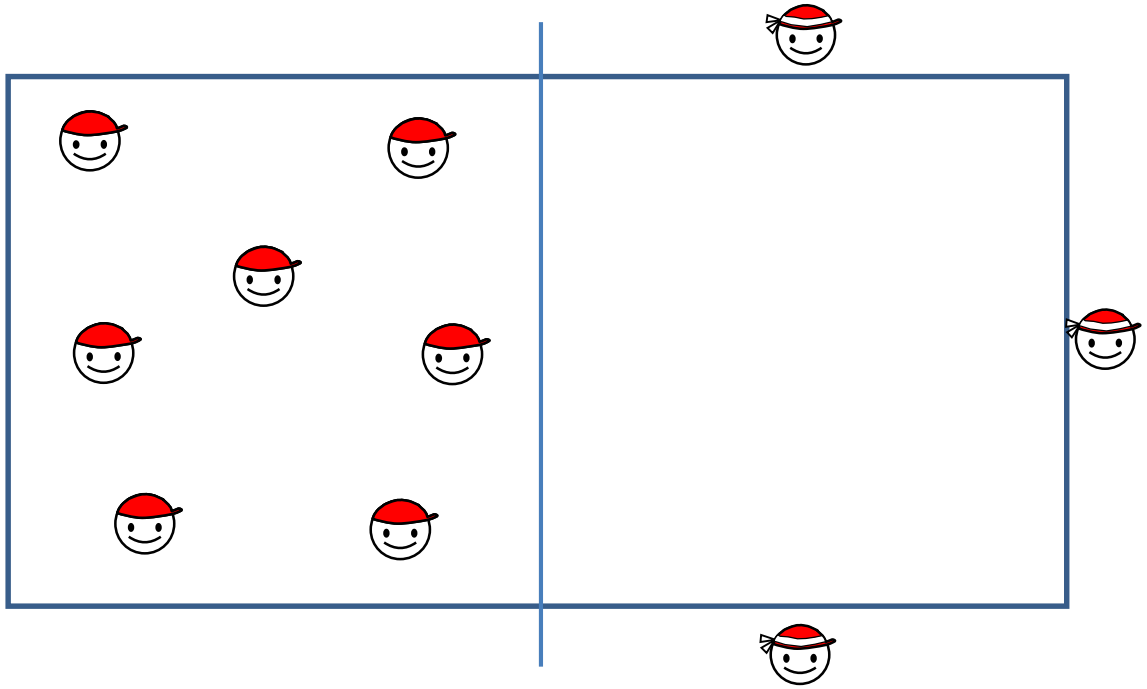
2. 人数等

（３）試合開始時の「外野」と「内野」の人数

外野3人（ハチマキ着用）

<u>内野１人以上</u>7人（または5人）以内

始めの外野は３人

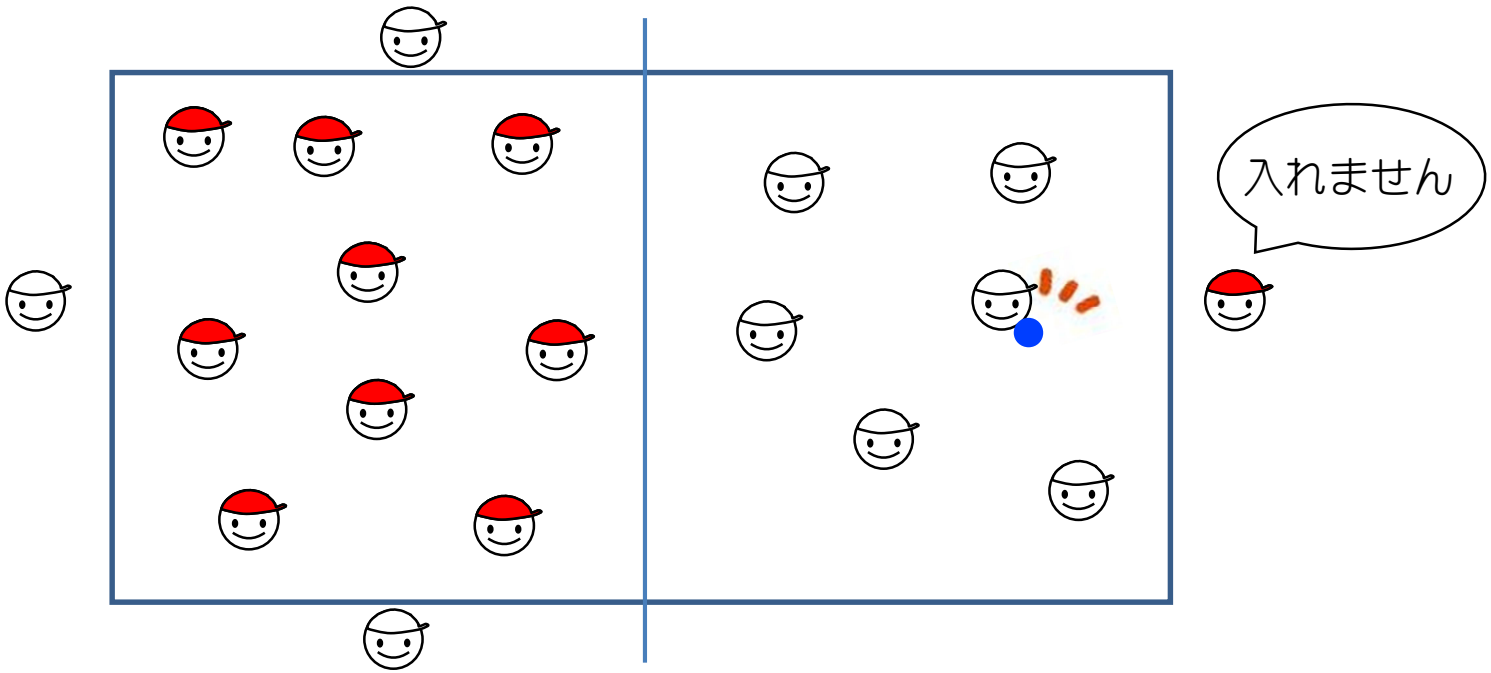


2. 人数等

（４）試合中の「外野」の人数

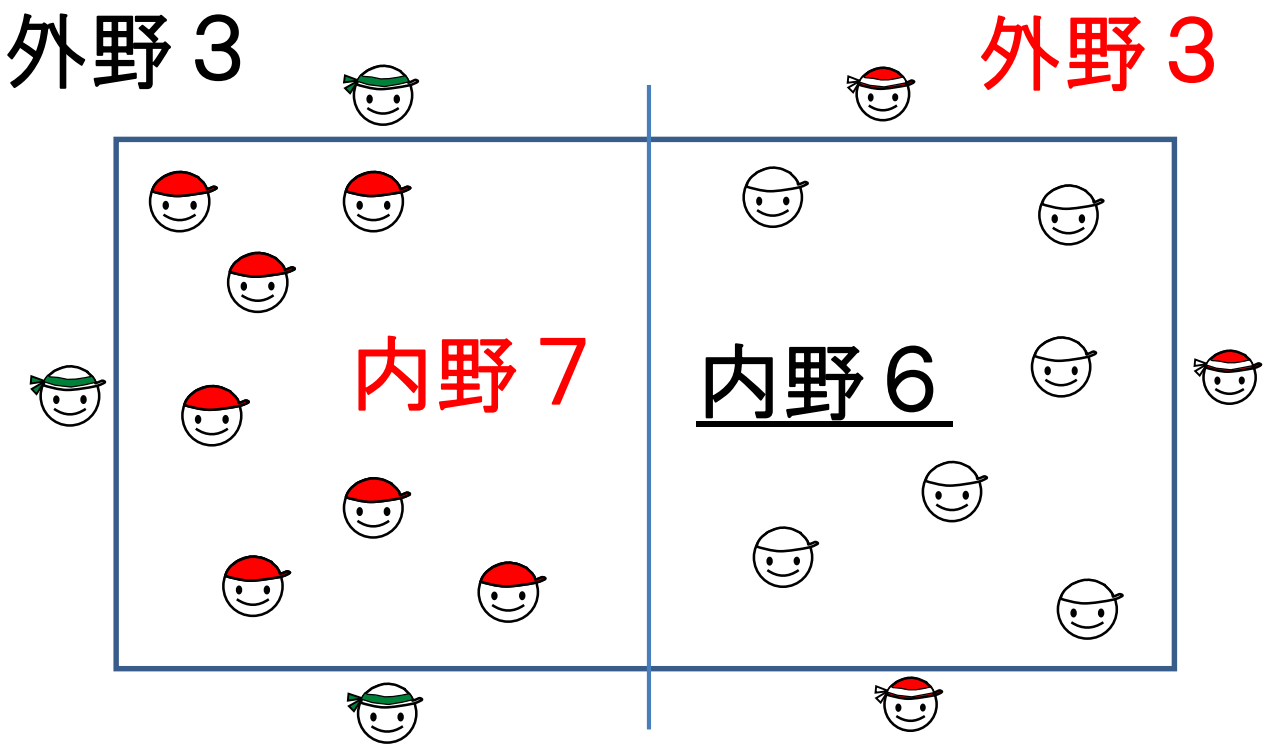
外野１人以上

　外野が１人の場合は、相手選手をアウトにしても内野に戻ることはできない。



2. 人数等

＊試合開始時にチーム人数に違いがあっても
　人数の調整は行わない。

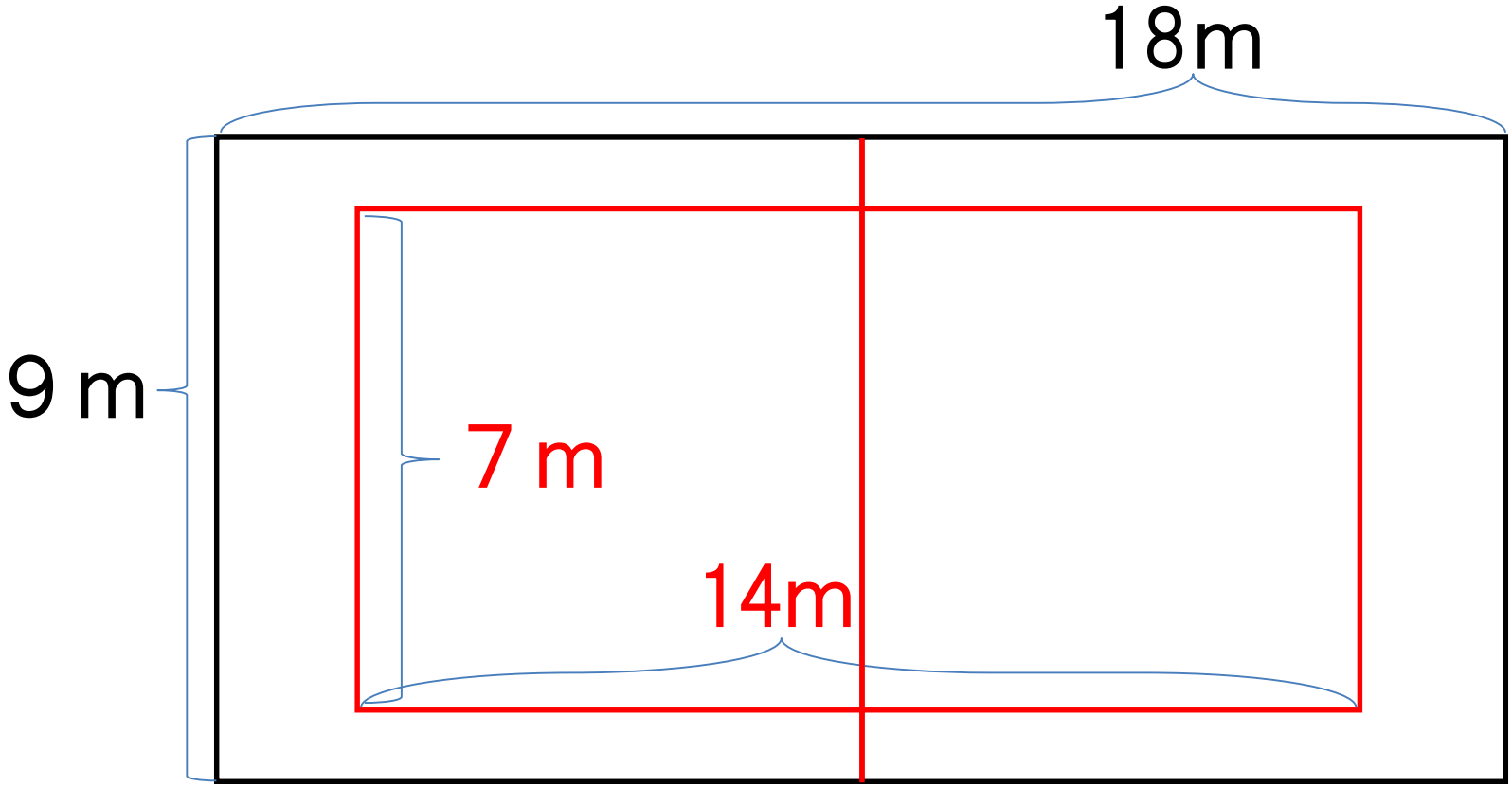


3.コート及び試合球

（１）コート

Ａクラス：７ｍ四方（赤ライン）

Ｂ・Ｃクラス：９ｍ四方（白ライン）



3.コート及び試合球

（２）ボール

Ａクラス：ドッジボール１号球

Ｂクラス：ドッジボール２号球

Ｃクラス：ドッジボール３号球

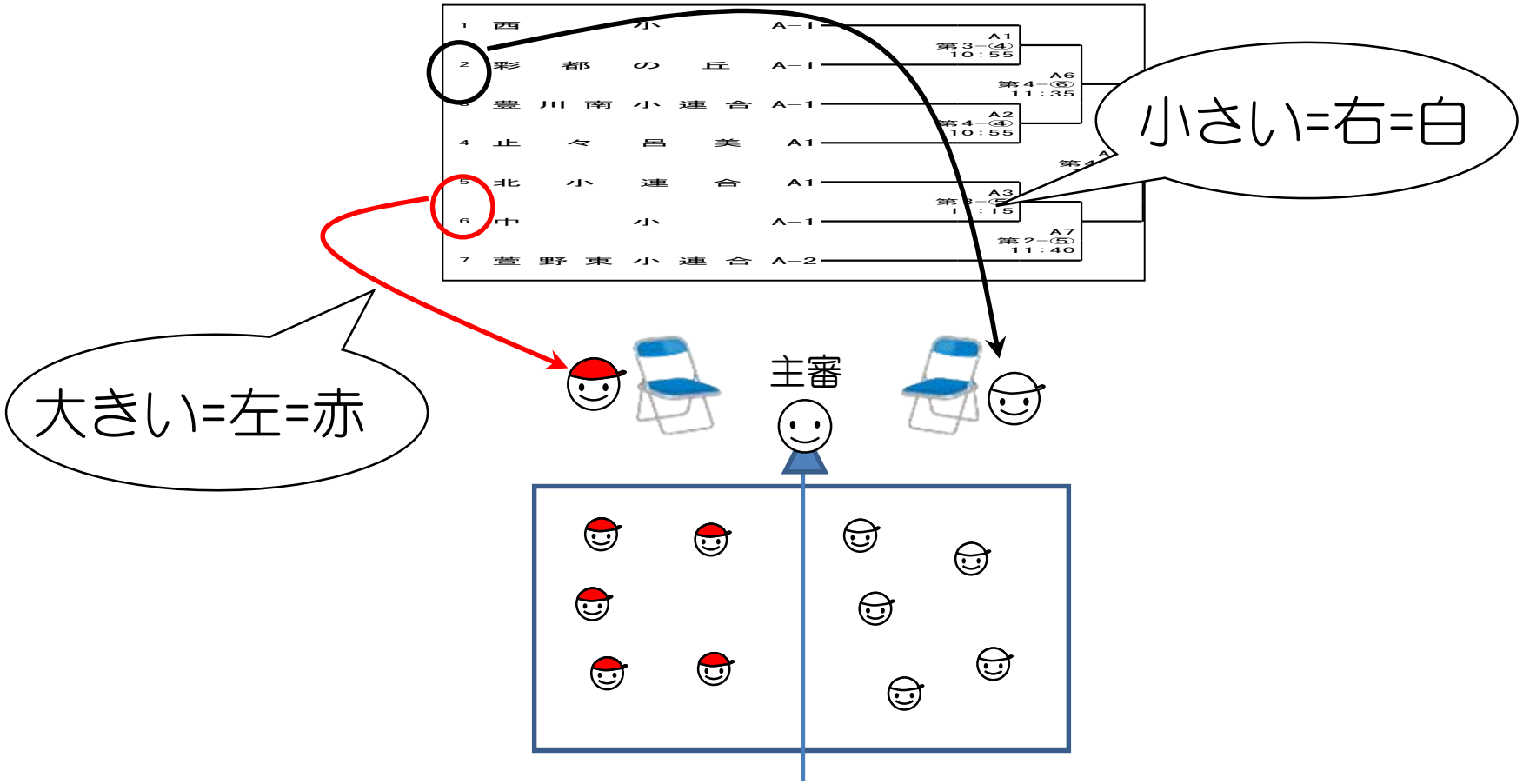
4.ボールとコートの決定方法

	方法	結果
ボール	選手代表者がジャンケン	勝ったチームが内野から投げて試合開始

試合開始直前、整列してから主審の指示でジャンケンをします。
後半は逆のチームの内野ボールから試合開始です。

4.ボールとコートの決定方法

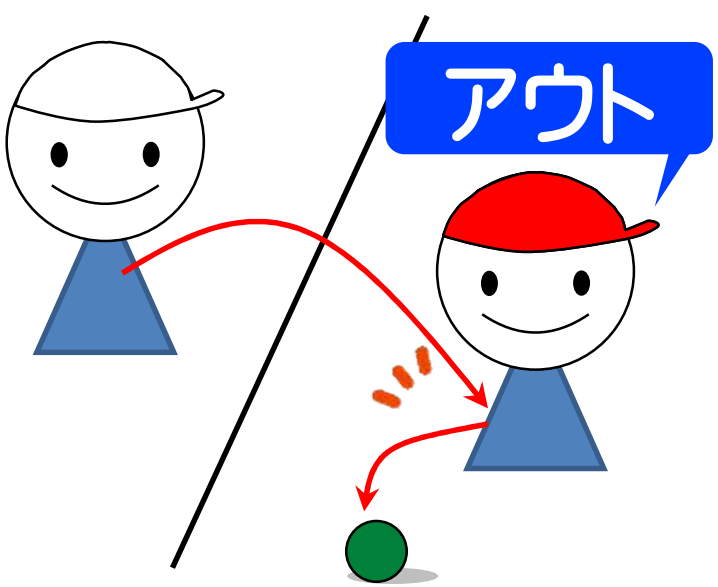
	方法	結果
コート	トーナメント表のチーム番号が小さいチームが主審向かって右のベンチ（白帽子） トーナメント表のチーム番号が大きいチームが主審向かって左のベンチ（赤帽子）	

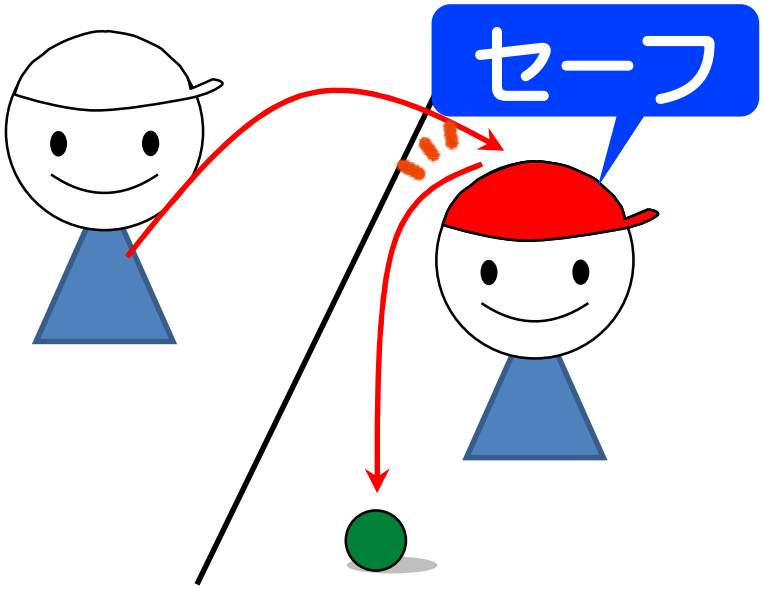


5.試合方法

（１）アウトの規定

①相手選手の投げたボールがノーバウンドで身体(*)に当たり地面に落ちた時、その選手はアウトとなる。
なお、首から上に当たった場合はセーフとする。



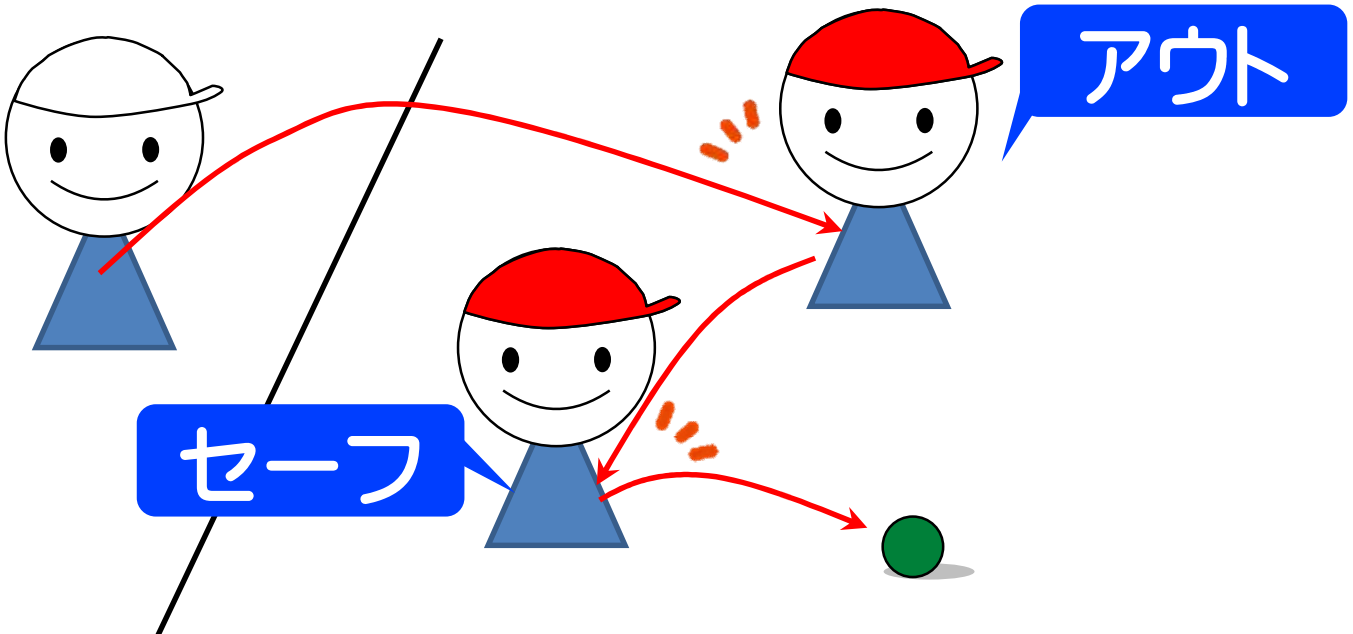


※「服にかすっただけ！」もアウトです。

5.試合方法

（１）アウトの規定

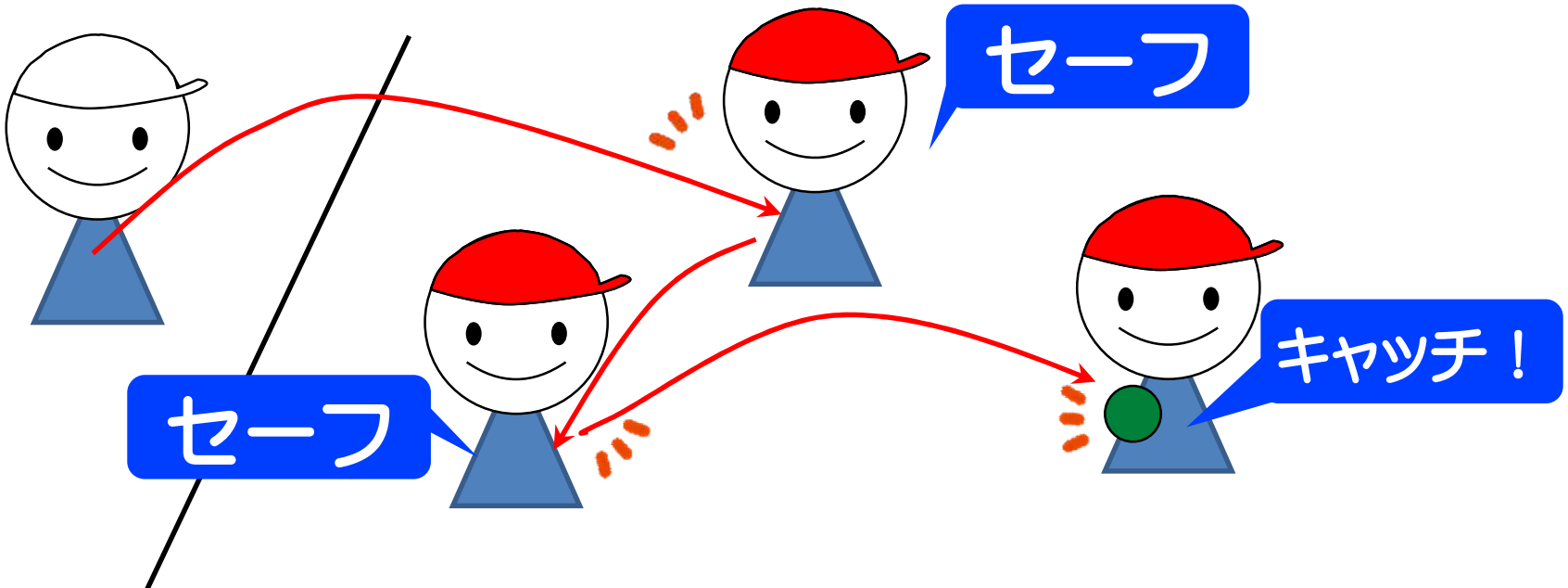
②相手選手の投げたボールが一度も地面に触れずに
2人以上に連続して当たり、地面に落ちた場合は、
一番最初に当たった選手のみアウトとする。



5.試合方法

（１）アウトの規定

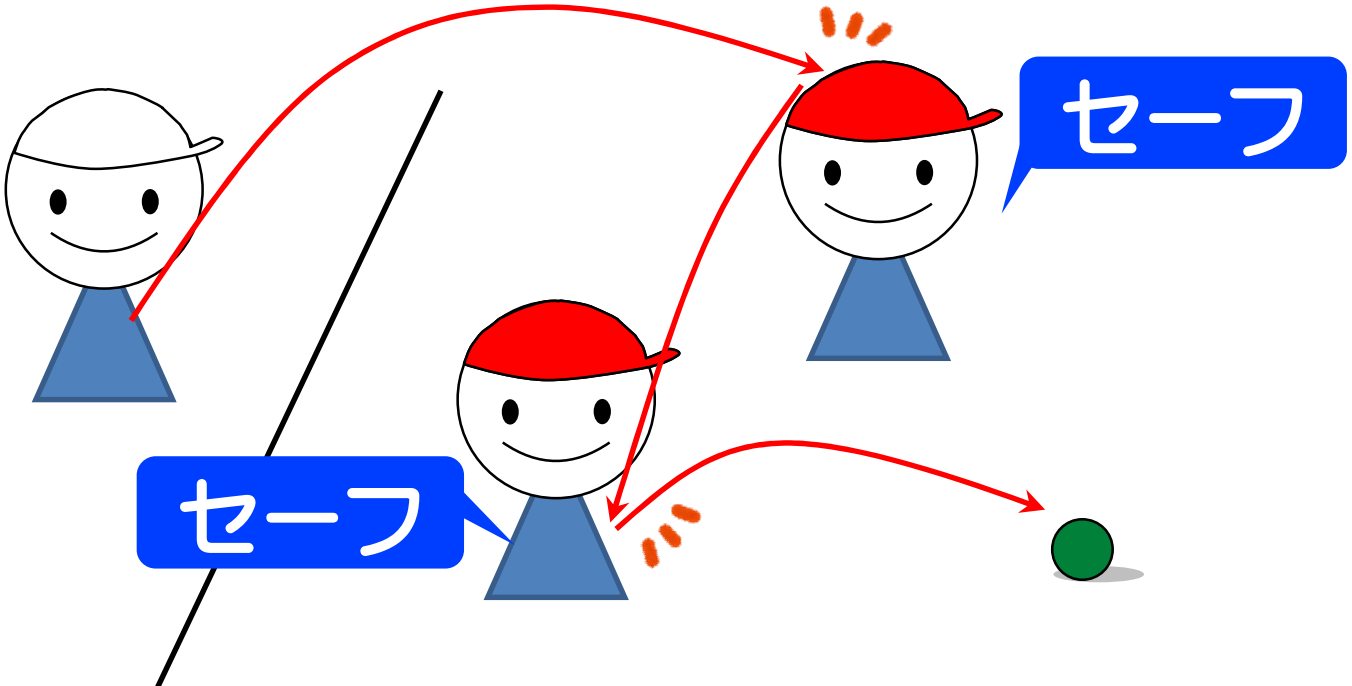
③　①、②ともに、地面に落ちる前に味方チームの内野選手が捕球すればセーフとする。



5.試合方法

（１）アウトの規定

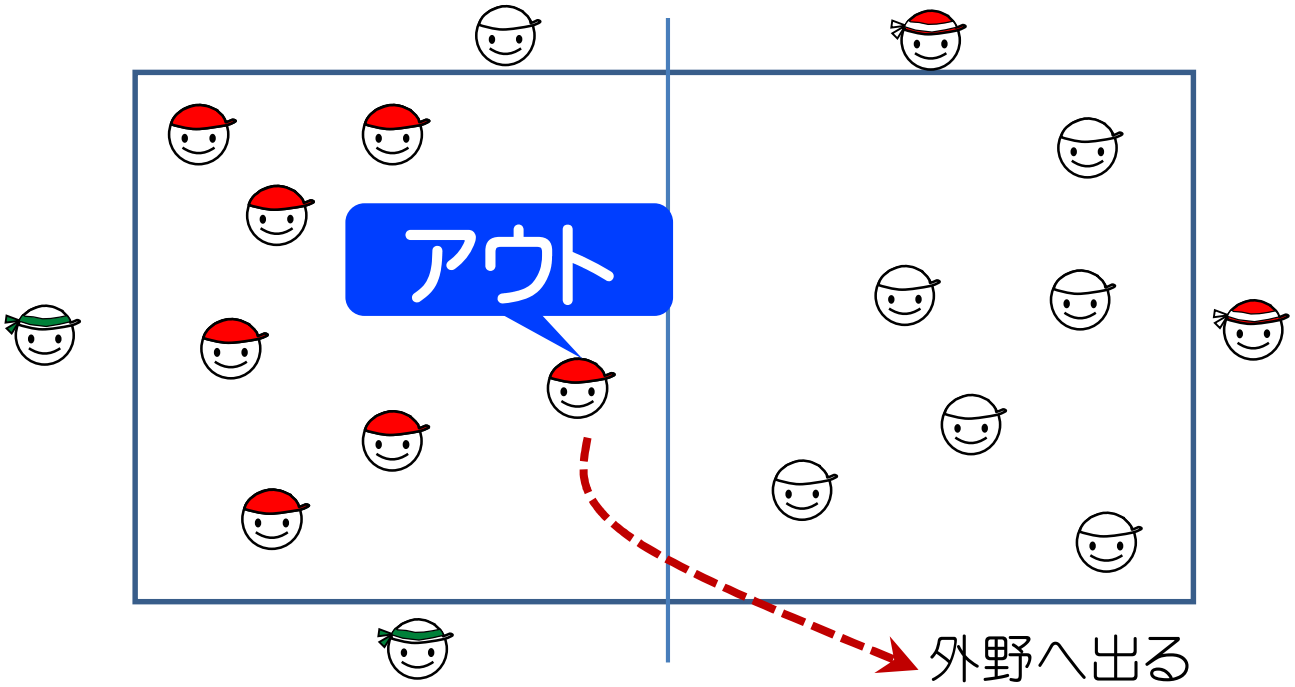
④相手選手の投げたボールが首から上に当たった場合、その後地面に落ちる前に連続して他の選手の身体に当たったとしても、全選手セーフとする。



5.試合方法

（１）アウトの規定

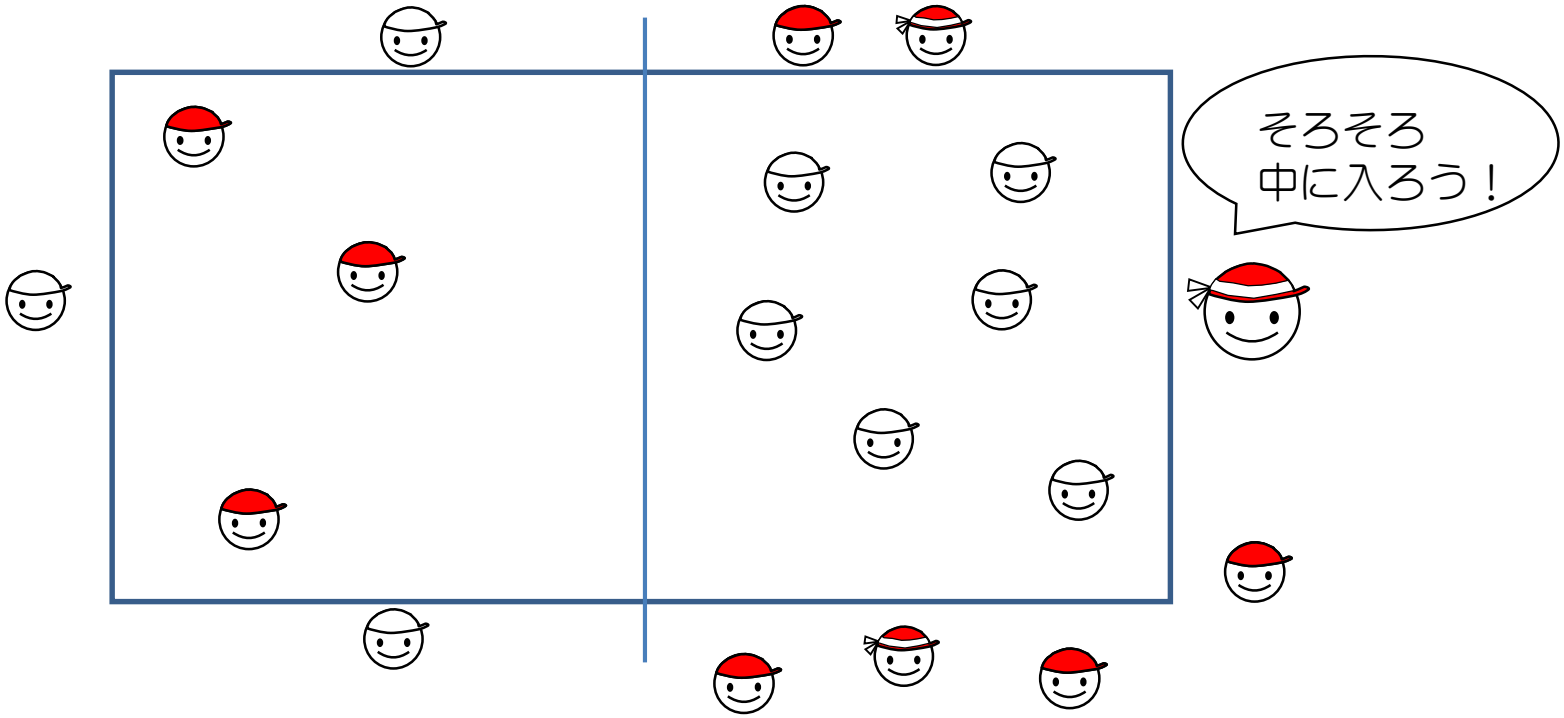
なお、審判にアウトと判定された選手はその時点ですみやかに外野へ出る。外野に出るまでその選手はボールに触れることができない。



5.試合方法

（２）試合開始時の外野選手３人（ハチマキ着用選手）について

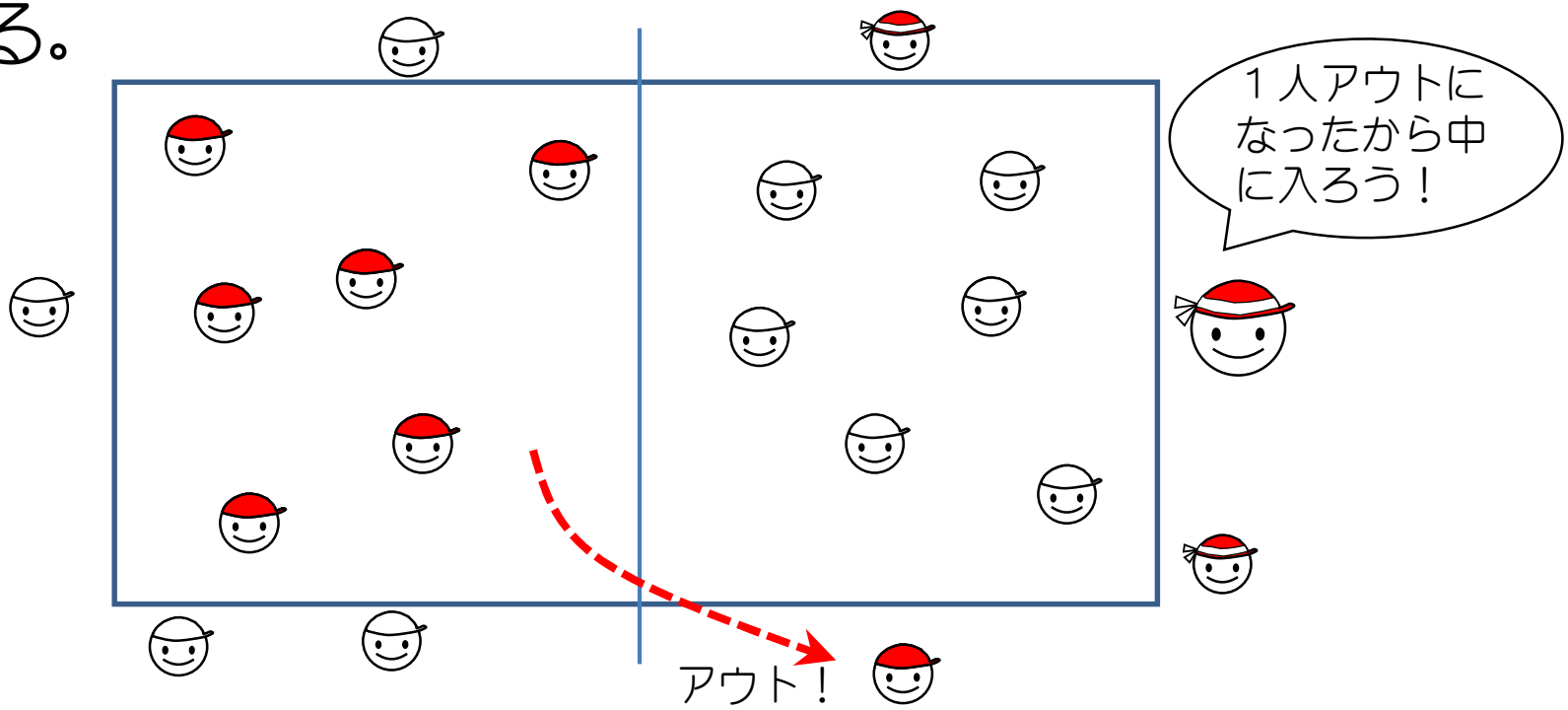
①ハチマキ着用の外野選手は<u>ハチマキを副審に預けて</u>内野へ入ることができる。



5.試合方法

（２）試合開始時の外野選手３人（ハチマキ着用選手）について

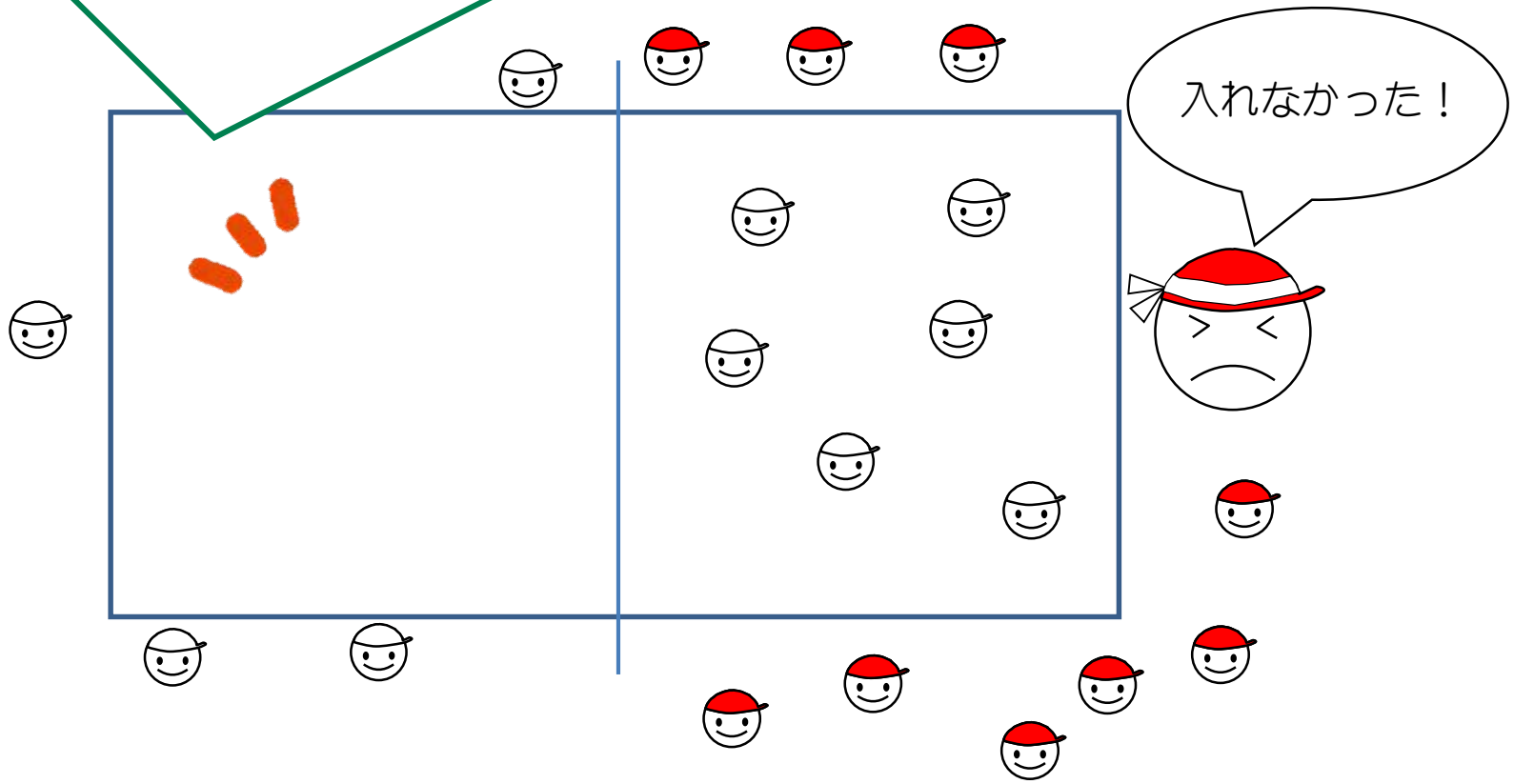
②ハチマキ着用の外野選手は1人の内野選手が外野に出てきたら、1人が内野へ入ることを原則とする。



5.試合方法

（２）試合開始時の外野選手３人（ハチマキ着用選手）について

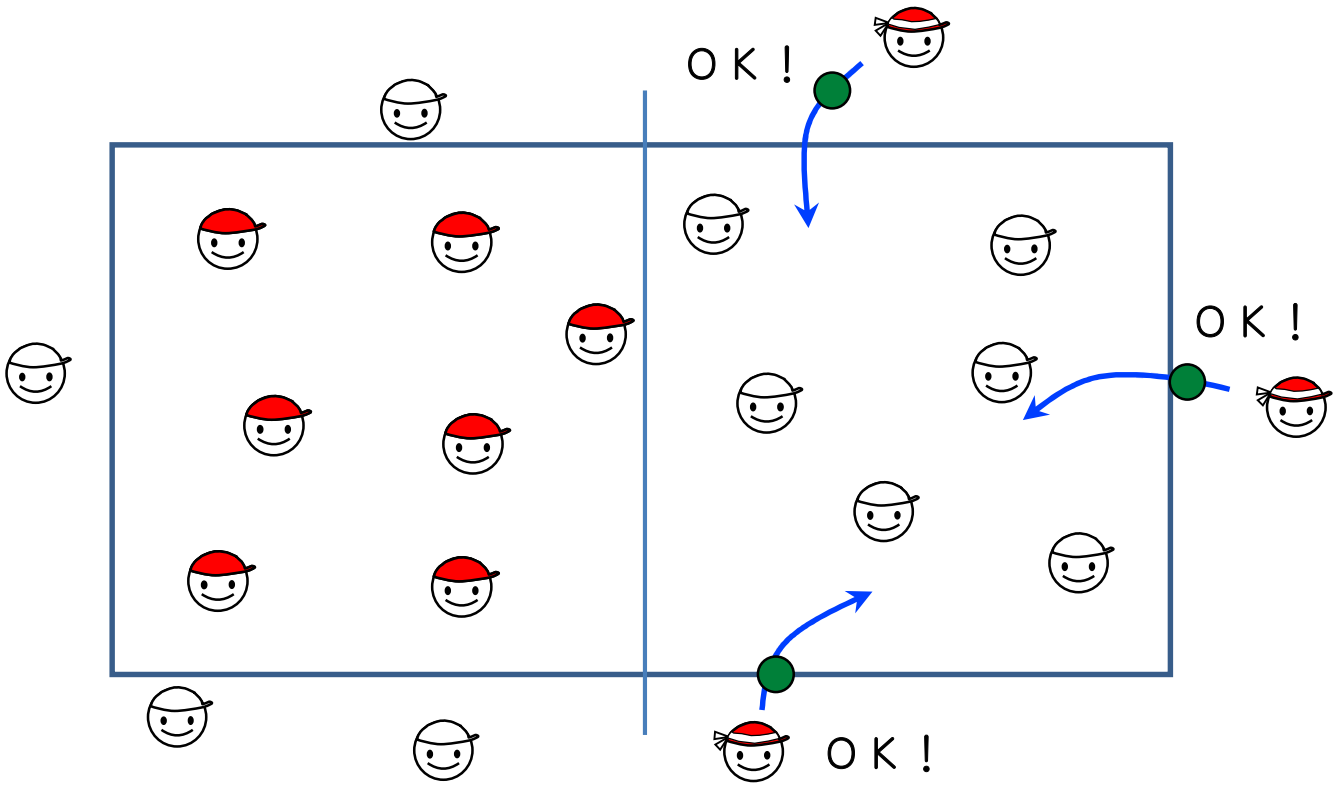
全員がアウトになってしまうと内野には入れません。
得点にも加算されません。



5.試合方法

（３）外野からの攻撃

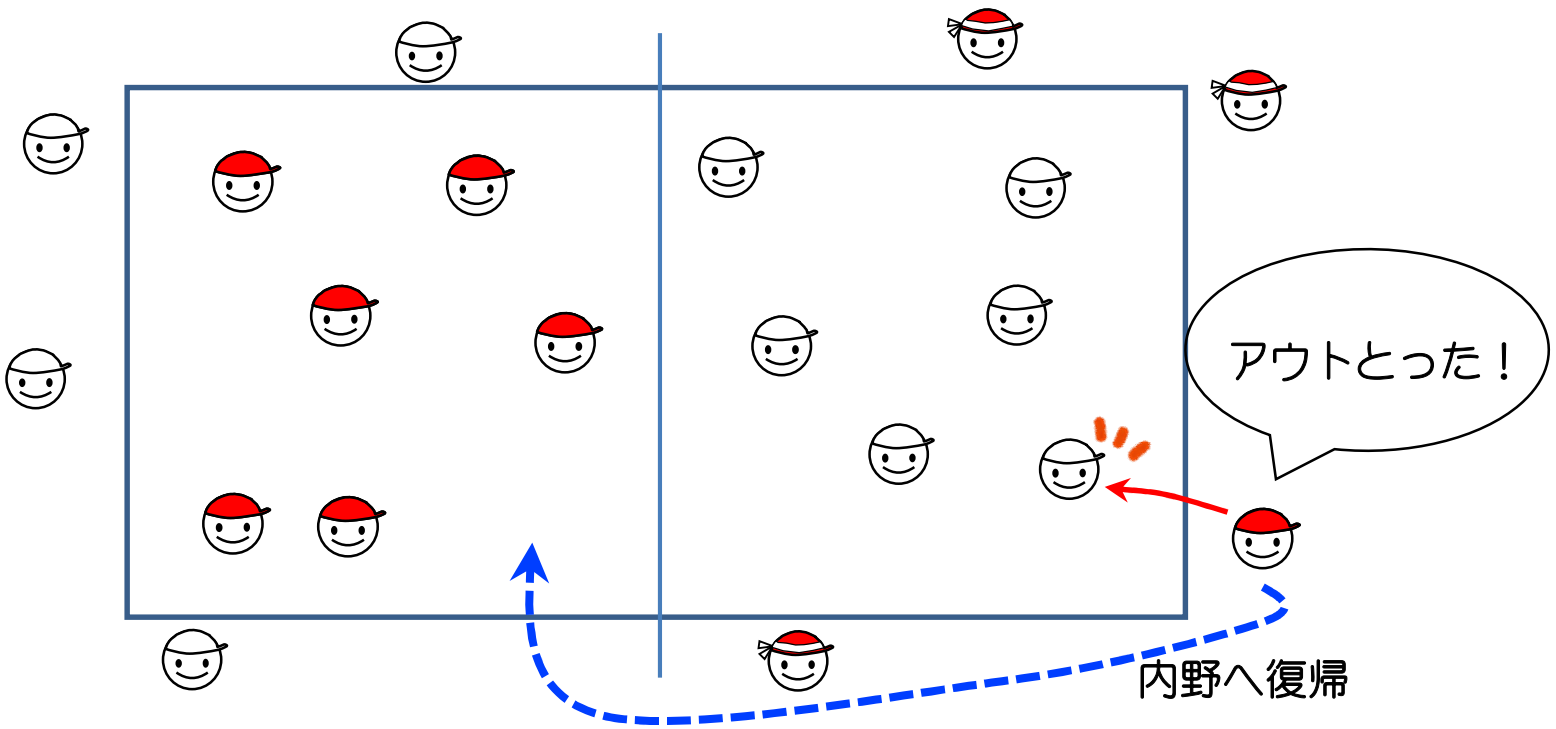
①外野三方からの攻撃は可能。



5.試合方法

（３）外野からの攻撃

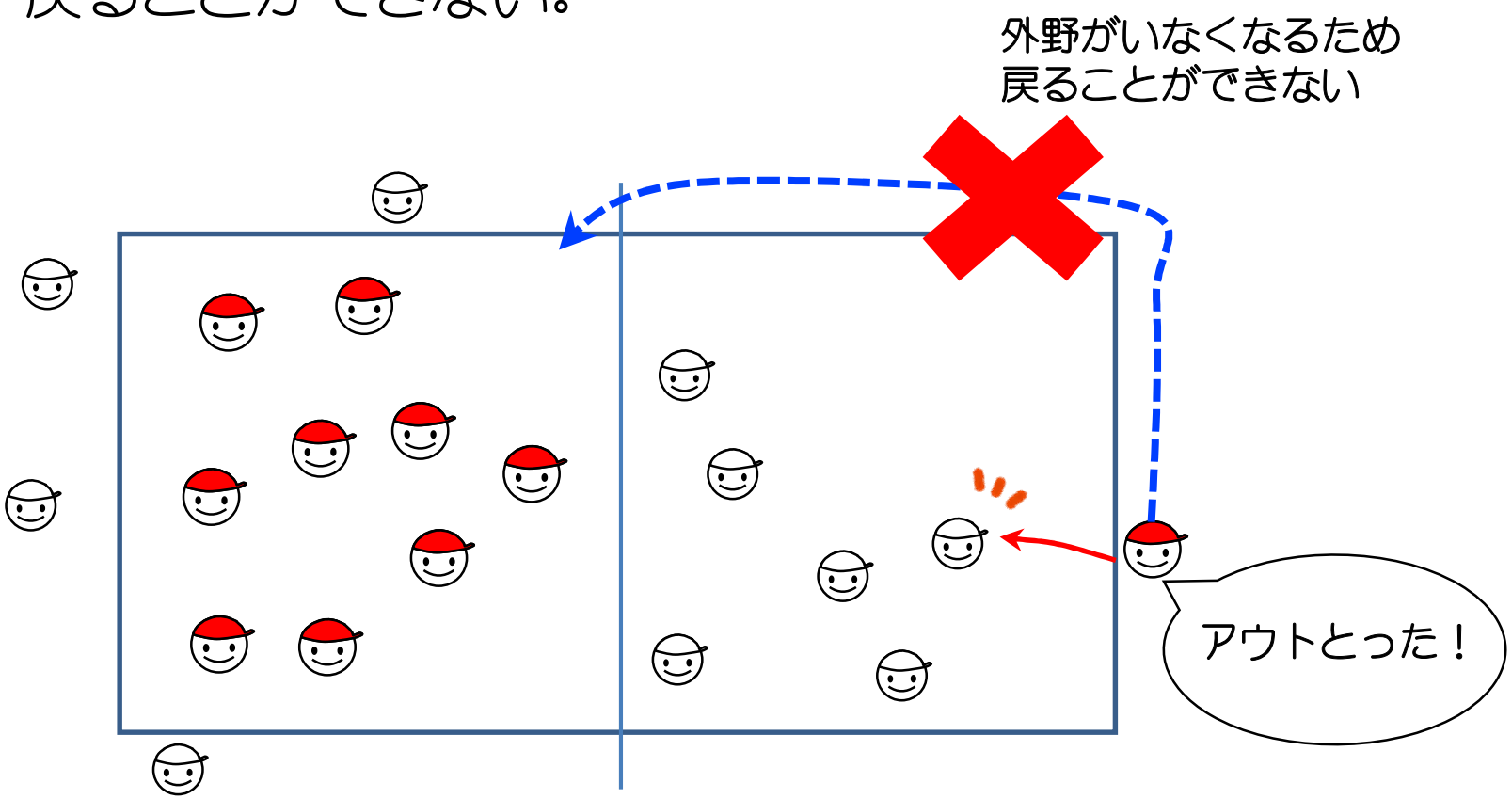
②ハチマキをつけていない外野選手が相手チームの内野選手をアウトにした時のみ外野選手は内野へ戻ることができる。



5.試合方法

（３）外野からの攻撃

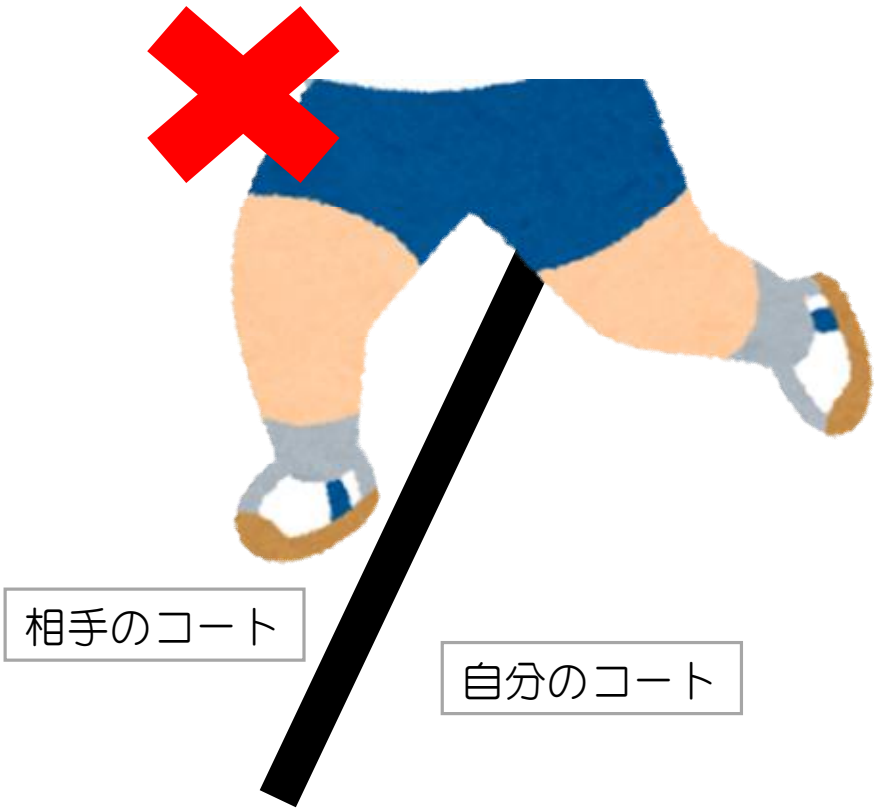
②－2　ただし、外野選手が1人の場合は、アウトにしても内野へ戻ることができない。



5.試合方法

（４）反則行為　相手チーム側のボールとなります

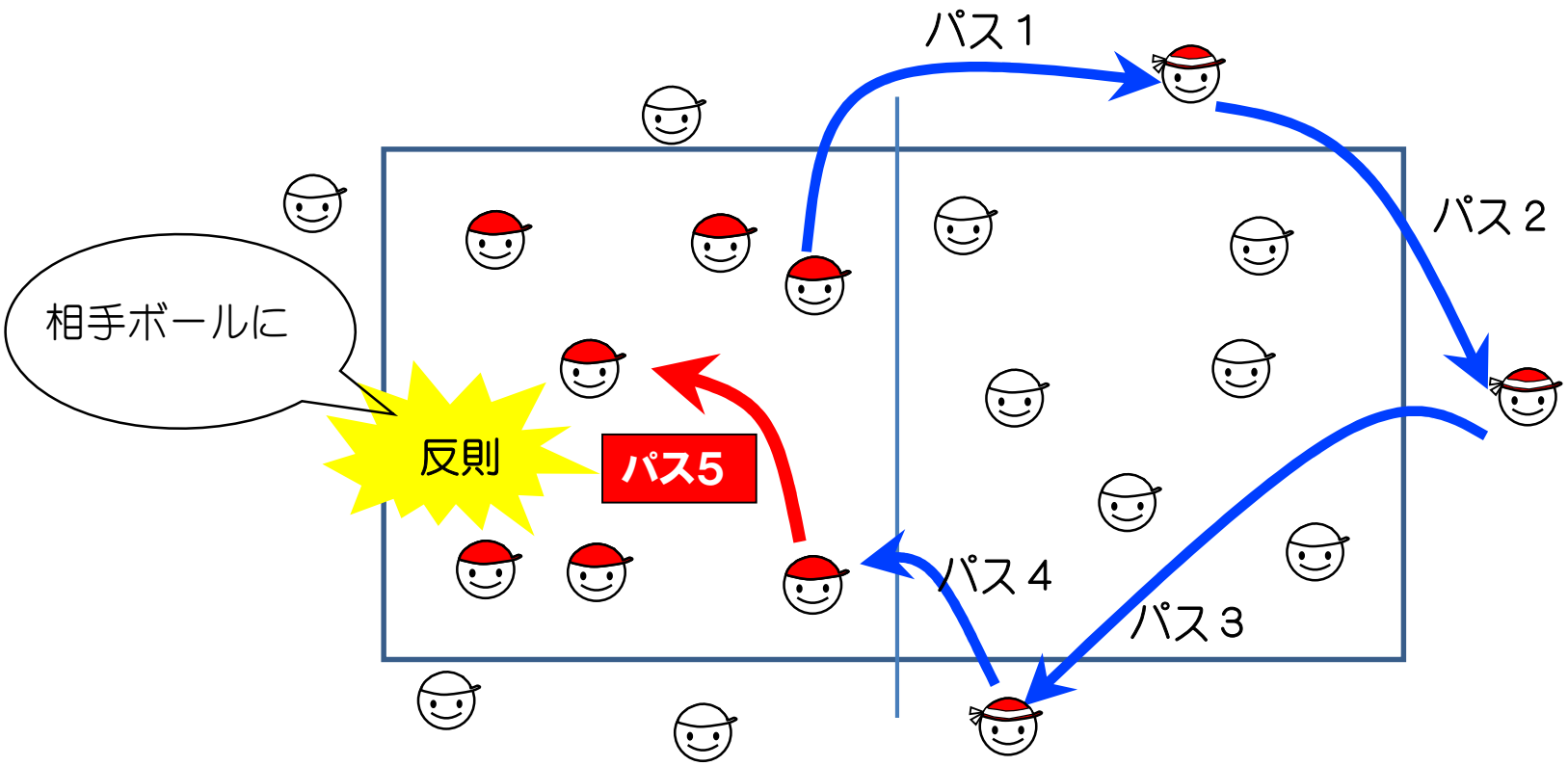
①捕球または攻撃のために、ボールを持った選手がラインを踏み越して相手のコートに入った場合。



5.試合方法

（４）反則行為　相手チーム側のボールとなります

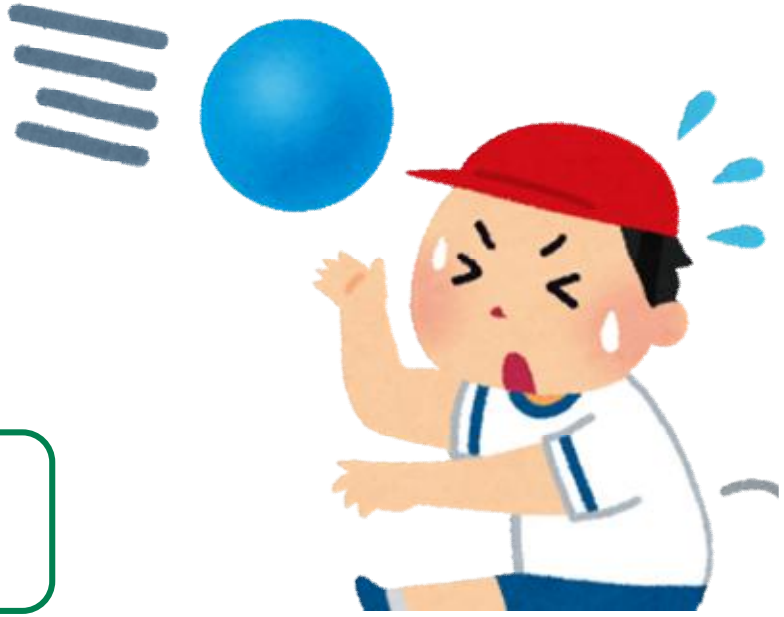
②パスを連続5回以上した場合。



5.試合方法

（４）反則行為　相手チーム側のボールとなります

③故意に相手の首から上や急所をねらった場合。



危険行為だとみなします

5.試合方法

（４）反則行為　相手チーム側のボールとなります

④その他、審判が判断した場合。

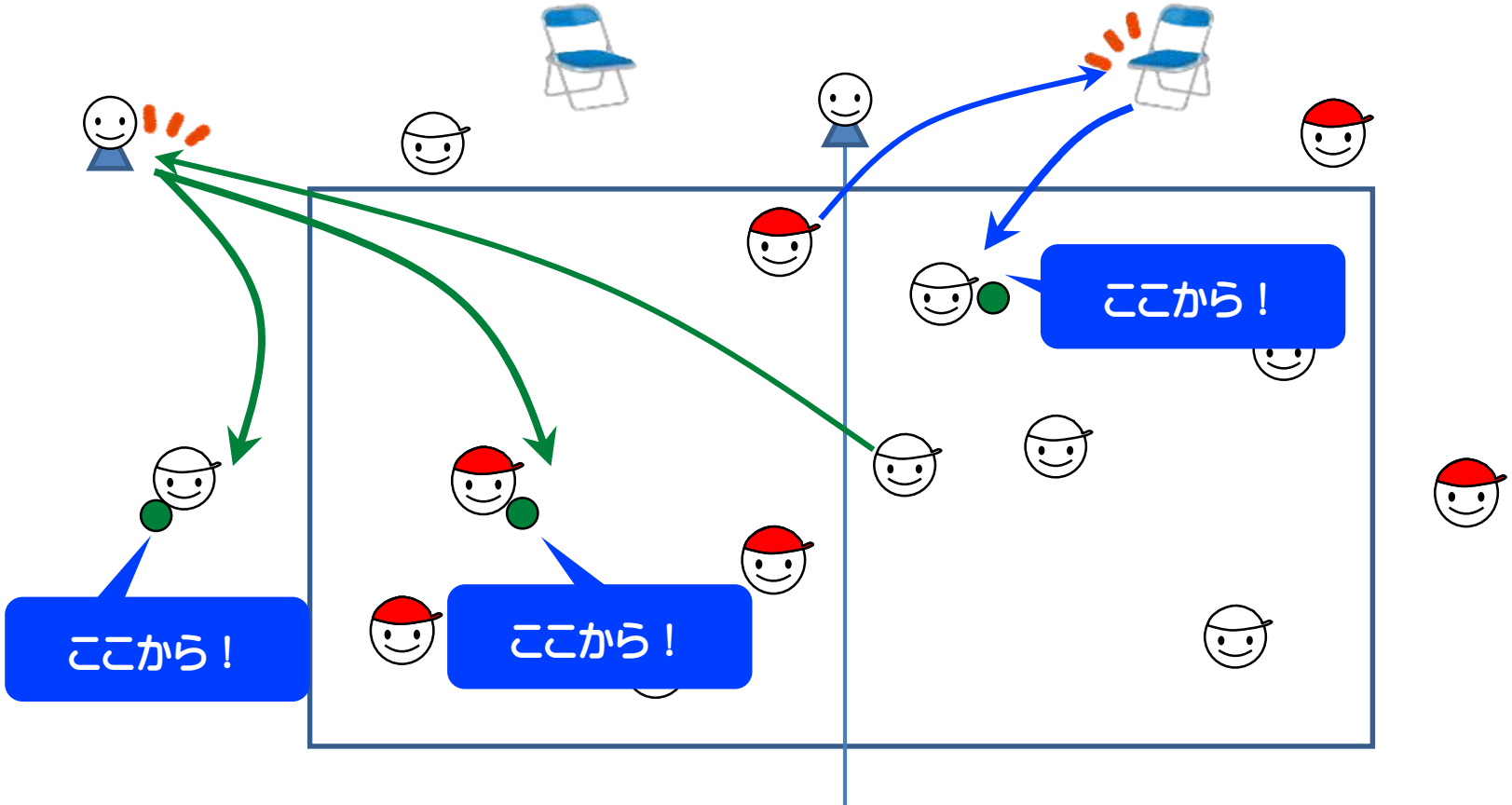
安全に、スポーツマンシップにのっとった試合ができるよう審判がジャッジします。
審判への抗議でジャッジがくつがえることはありません。
練習の中でも、審判のジャッジにしたがうよう、
子どもたちにお伝えください。

5.試合方法

（５）ボールの権利　ボールがコートの外に出た場合

①周りの人や物に当たってはね返った場合

→　捕球した側のボール

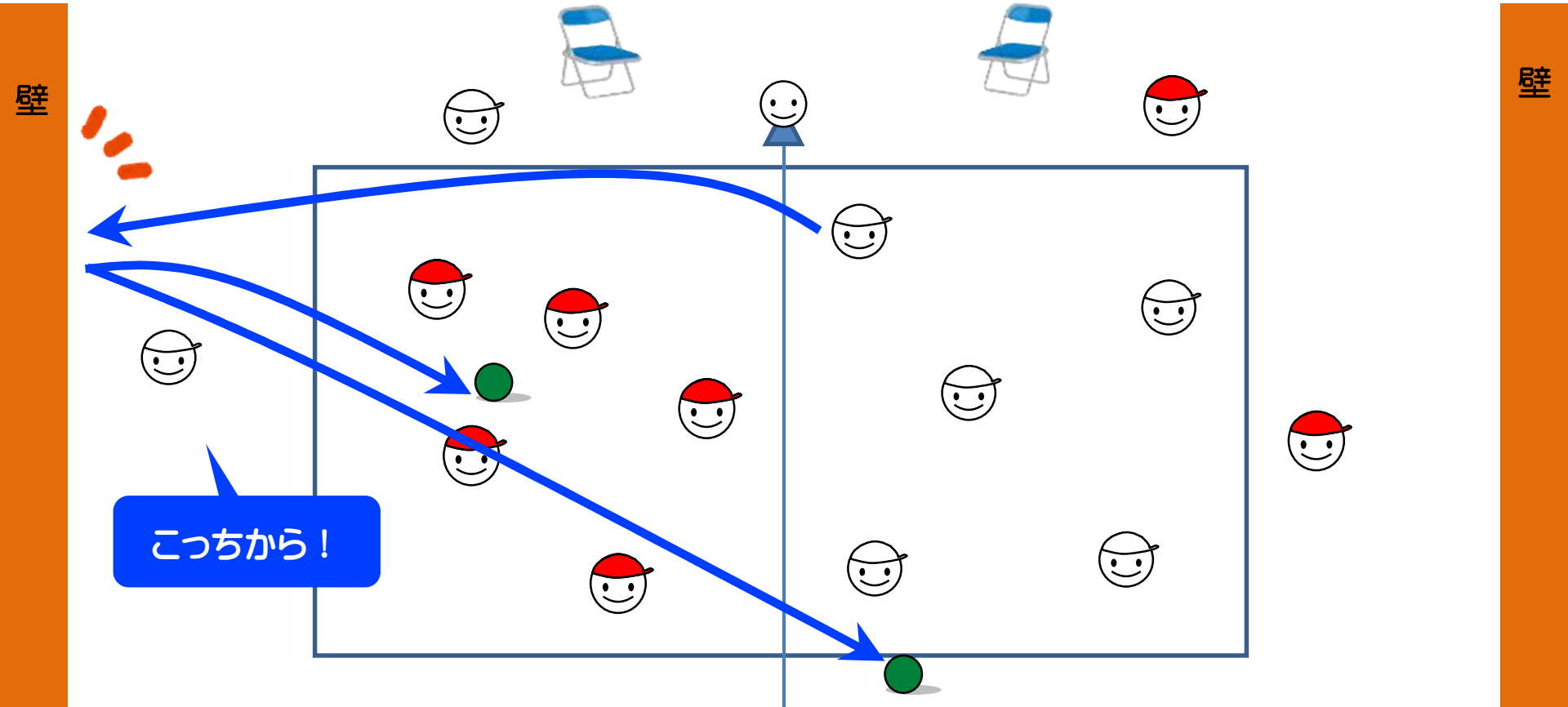


5.試合方法

（５）ボールの権利

②エンドライン後方の壁に当たった場合

→　当たった壁側の外野ボール

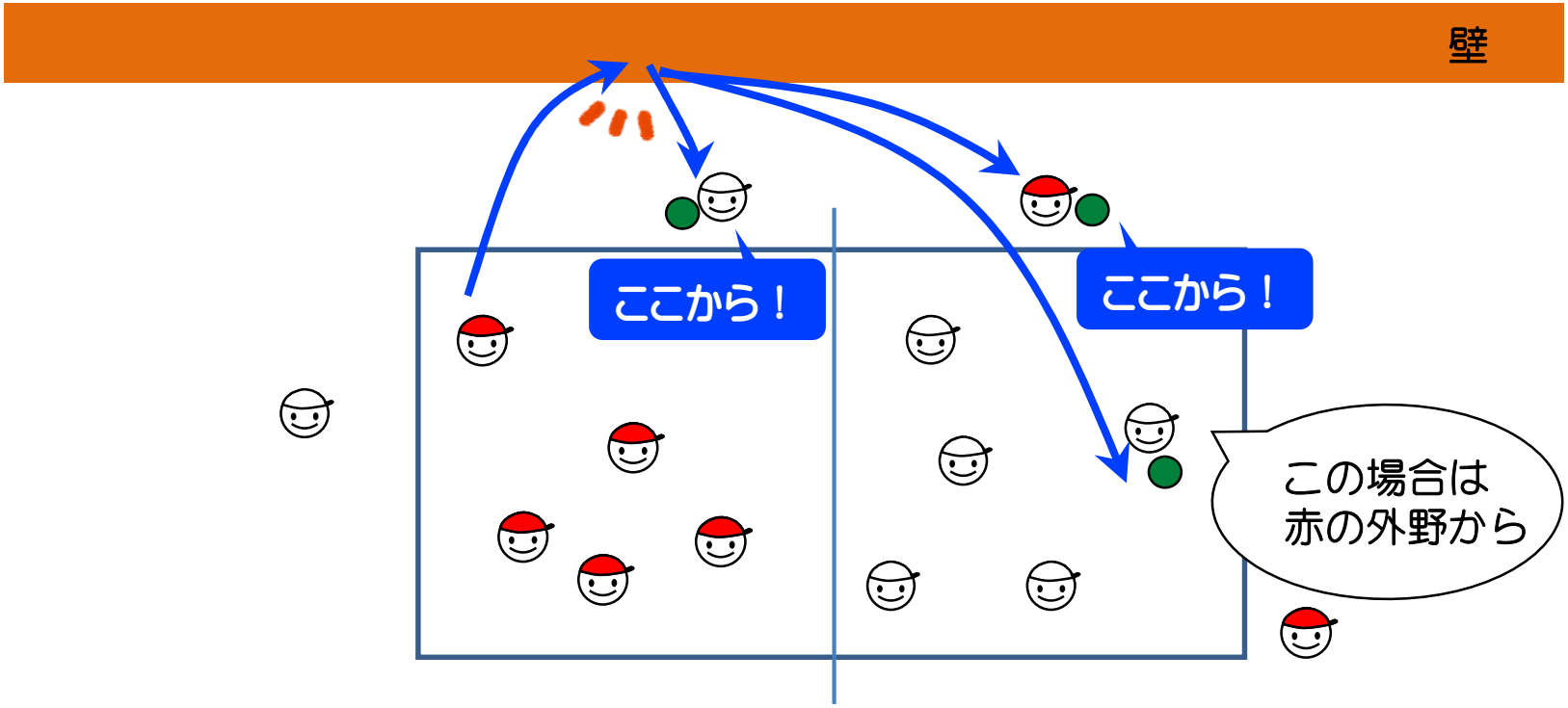


5.試合方法

（５）ボールの権利

③サイドライン側面の壁に当たった場合

→　捕球した側の外野ボール



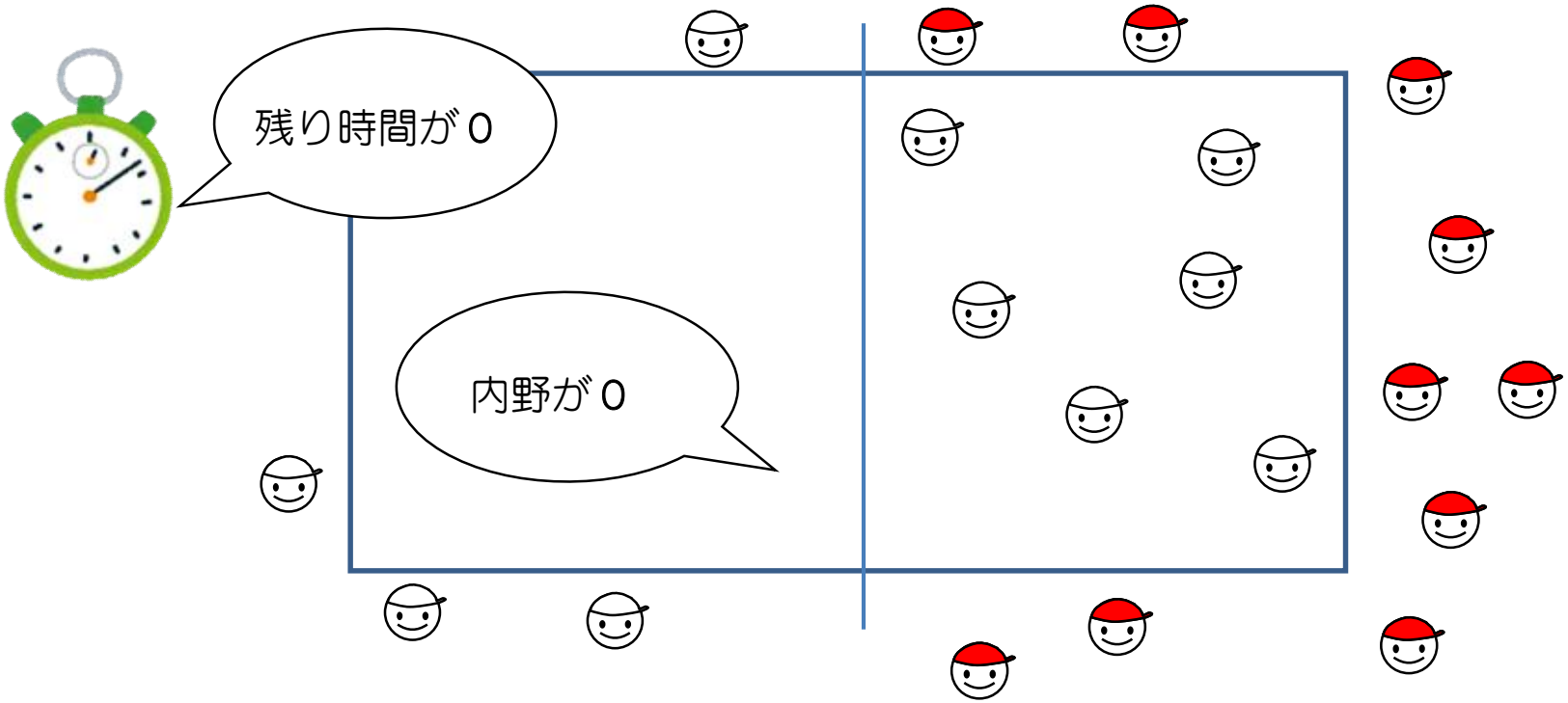
5.試合方法

（６）試合終了及び得点の数え方

①試合終了

　試合終了は試合時間が経過した時、または、どちらかのチームの内野に選手が1人もいなくなった時とする。

　終了時には、全選手がその場に座り審判の指示に従う。（試合終了の笛と同時に座り、内野も外野もその場から動かない。）



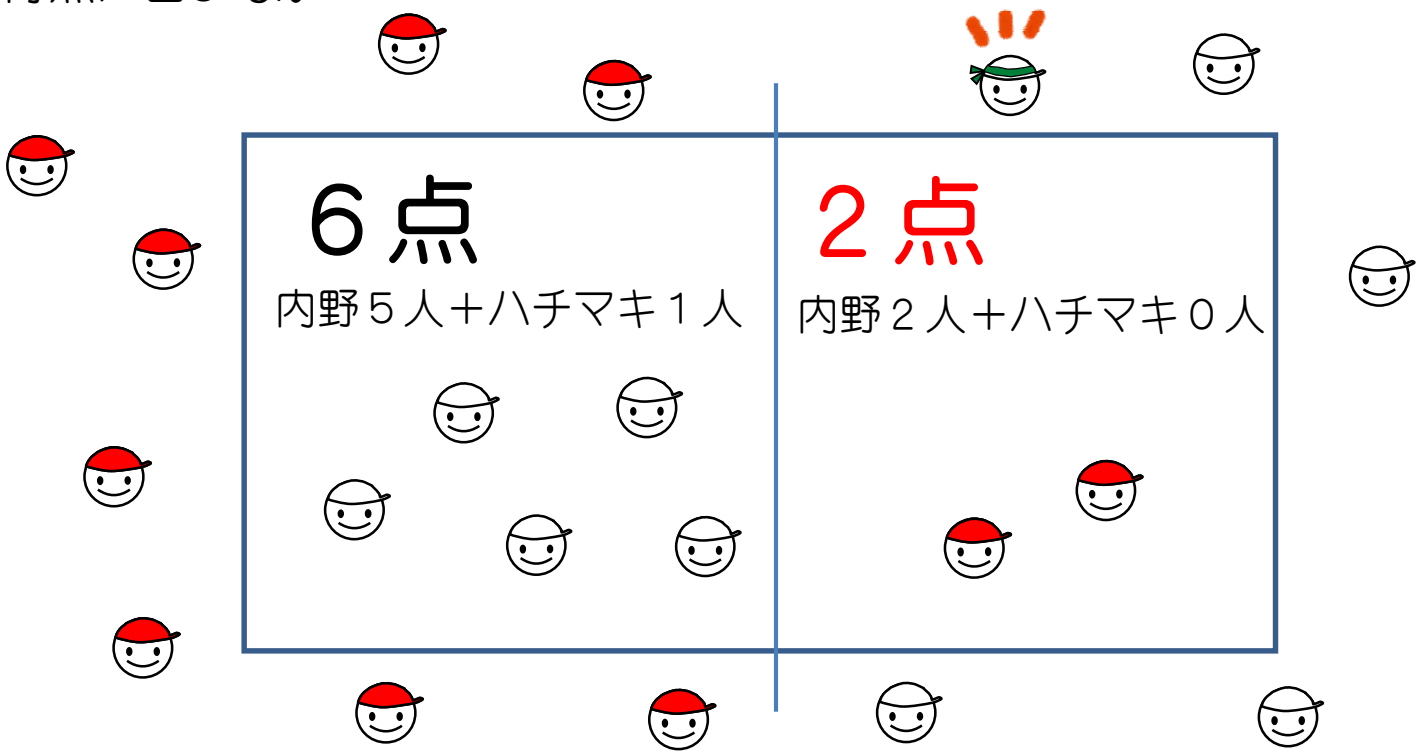
5.試合方法

（６）試合終了及び得点の数え方

②得点の数え方

得点は試合終了時に残っている内野選手とハチマキをしている外野選手の合計人数とする。

ただし、内野の選手が1人もいなくなったチームにハチマキをした外野選手がいても得点に含まない。



5.試合方法

（７）勝敗の決定及び延長戦

①勝敗の決定

前半と後半の合計得点が多いチームが勝利とする。同点の場合は延長戦を行い、得点が多いチームを勝利とする。

コート名（　　）　試合名（　　）　試合開始（　：　）

チ　ー　ム　名	前半	後半	合計	延長	合計
△小ｽﾜﾛｰｽﾞ	5	5	10	5	15
●小ガンバ	6	4	10	4	14

＊コート名には①、②…などのコート番号を、試合名は組合せ表のB1、B2…などの記号
＊試合開始には、実際に始まった時刻を記入。

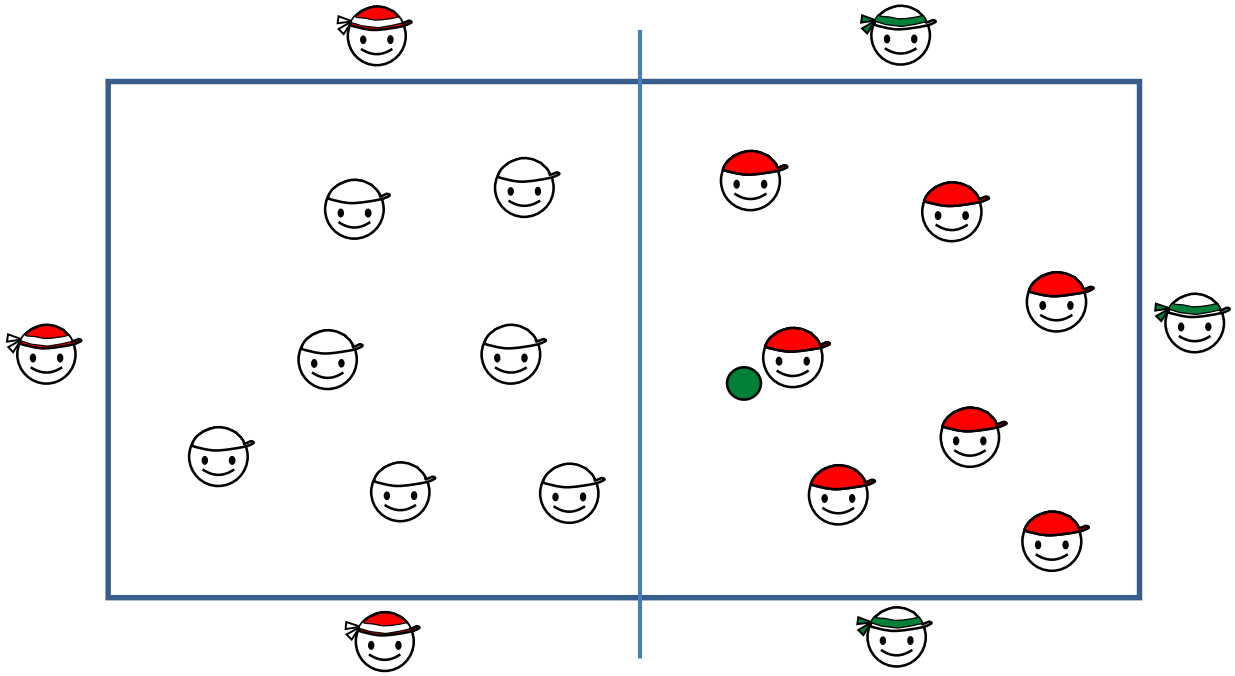
勝利！

5.試合方法

（７）勝敗の決定及び延長戦

②延長戦について

延長戦は、後半開始とすべて同じ条件（コート、ボール、外野）で2分間行う。



5.試合方法

（７）勝敗の決定及び延長戦

③抽選について

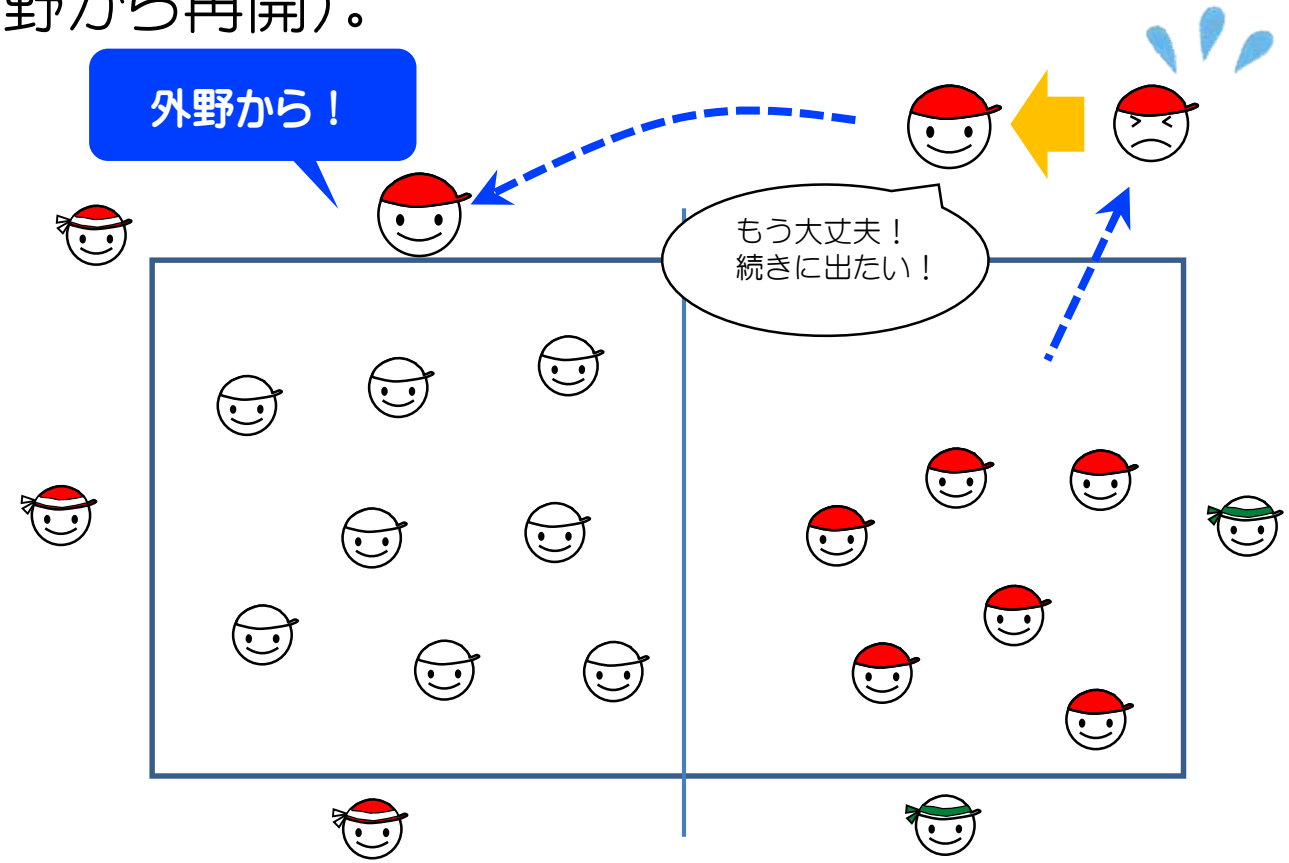
延長戦もなお同点の場合は抽選で勝敗を決める。ただし、決勝戦は除く。
抽選の方法は次のとおり。

A）20本のうち、1本のみ色のついた抽選くじ袋を用意。
B）抽選くじを引ける選手は各チーム10人。（計20人）
C）両チーム1人ずつ同時にくじを引く。
D）色つきのくじを引いた時点で抽選を終了し、そのチームを勝者とする。

6.途中退場

（１）内野選手の途中退場について

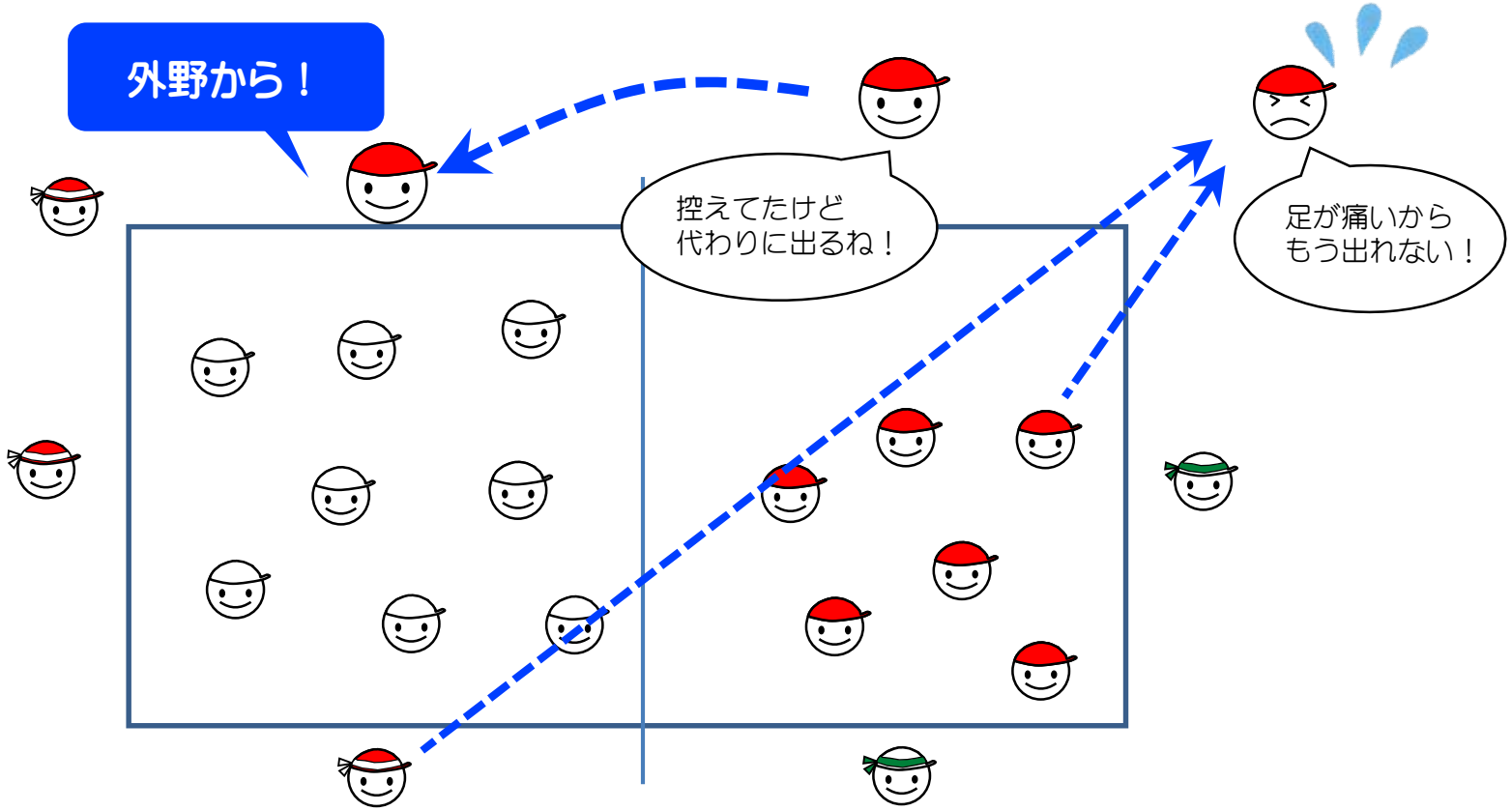
①試合中に内野選手が負傷などで一度コート外へ出た場合、その選手の復帰は外野からとする（アウトになっていなくても外野から再開）。



6.途中退場

（１）内野選手の途中退場について

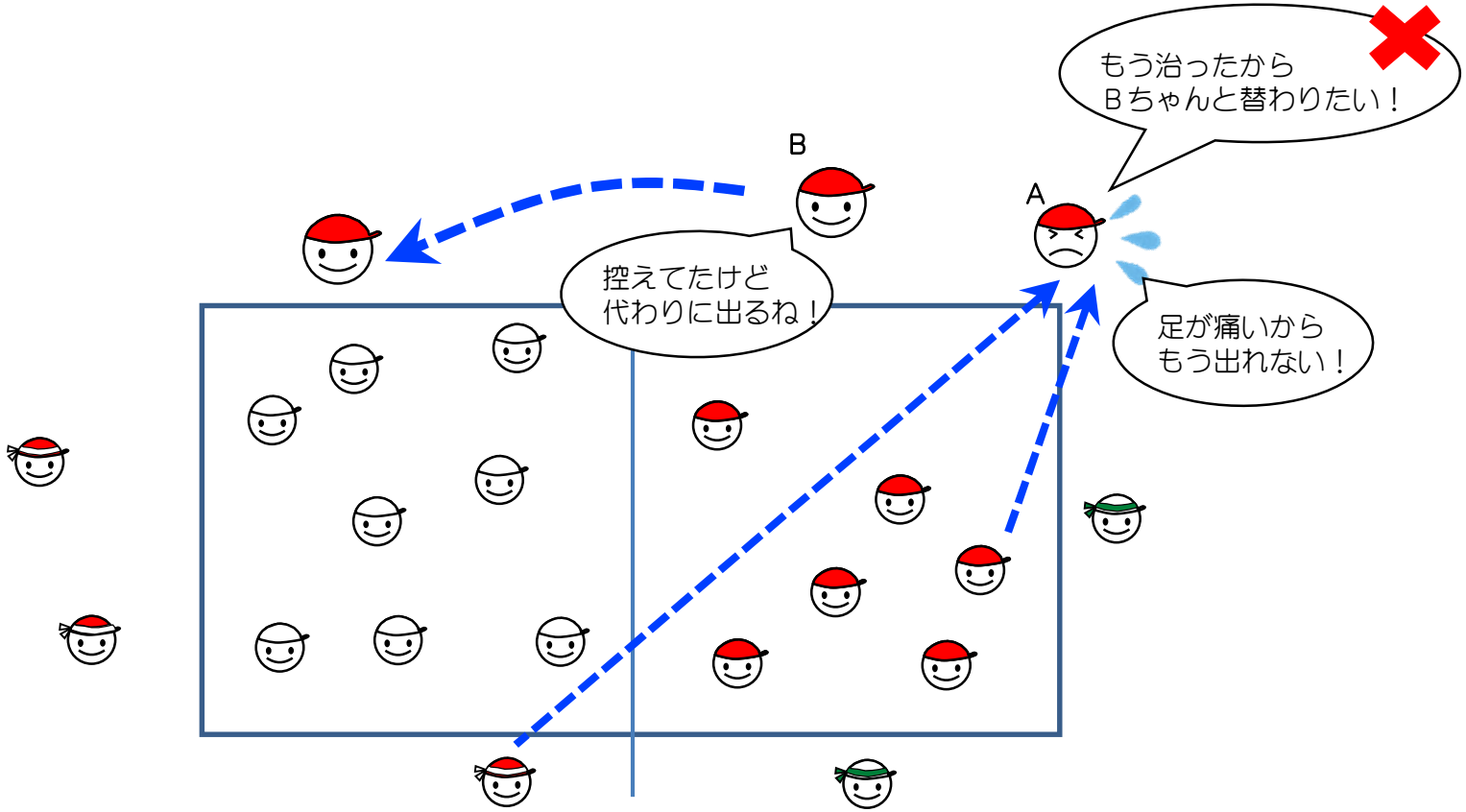
② ①の場合、選手の交代も可能だが、その場合、内野及び外野選手にかかわらず、交代の選手は外野からとなる。



6.途中退場

（１）内野選手の途中退場について

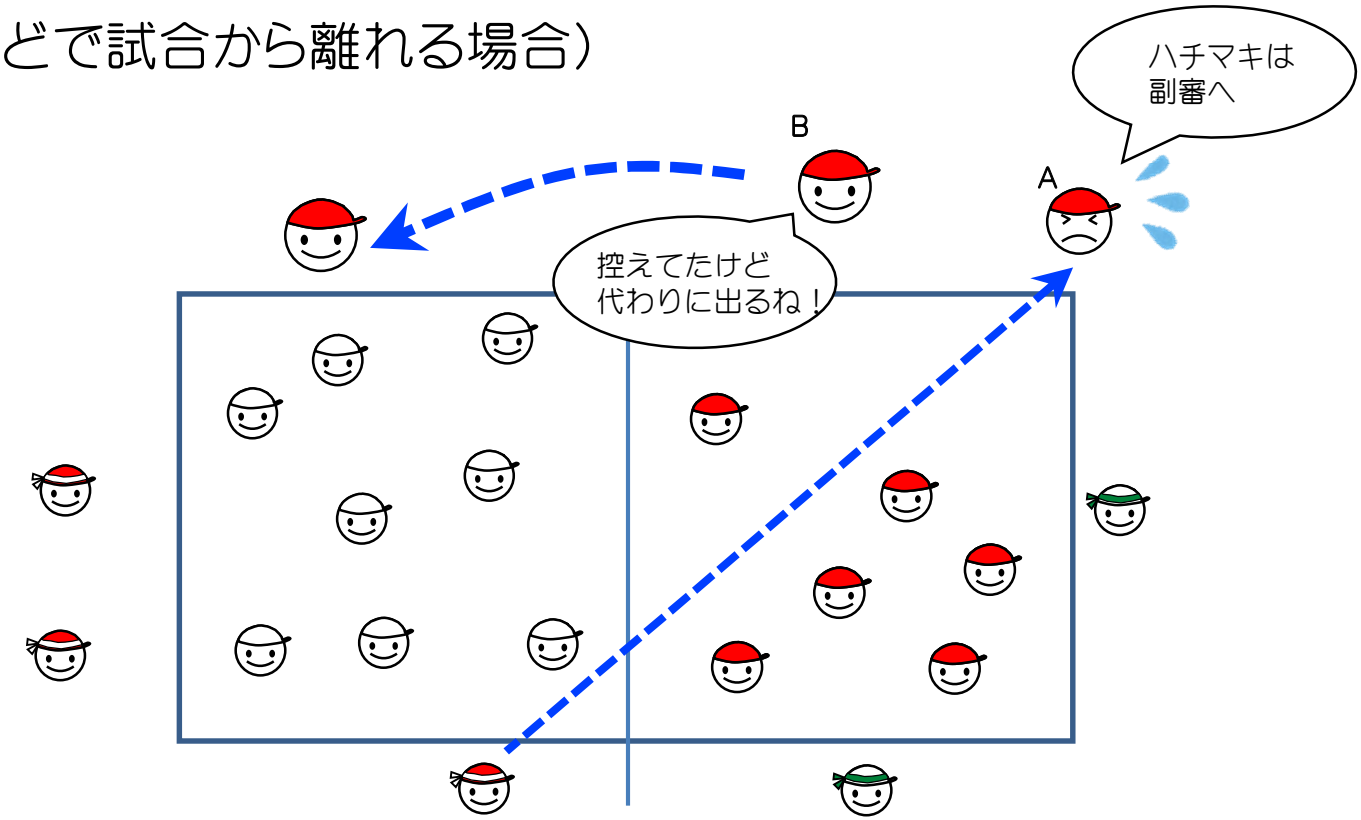
③一度交代した選手は、その試合には復帰できない。
ただし、前半に交代した選手が後半に復帰することは可能とする。



6.途中退場

（２）外野選手(ハチマキ着用選手)の途中退場について（負傷などで試合から離れる場合）

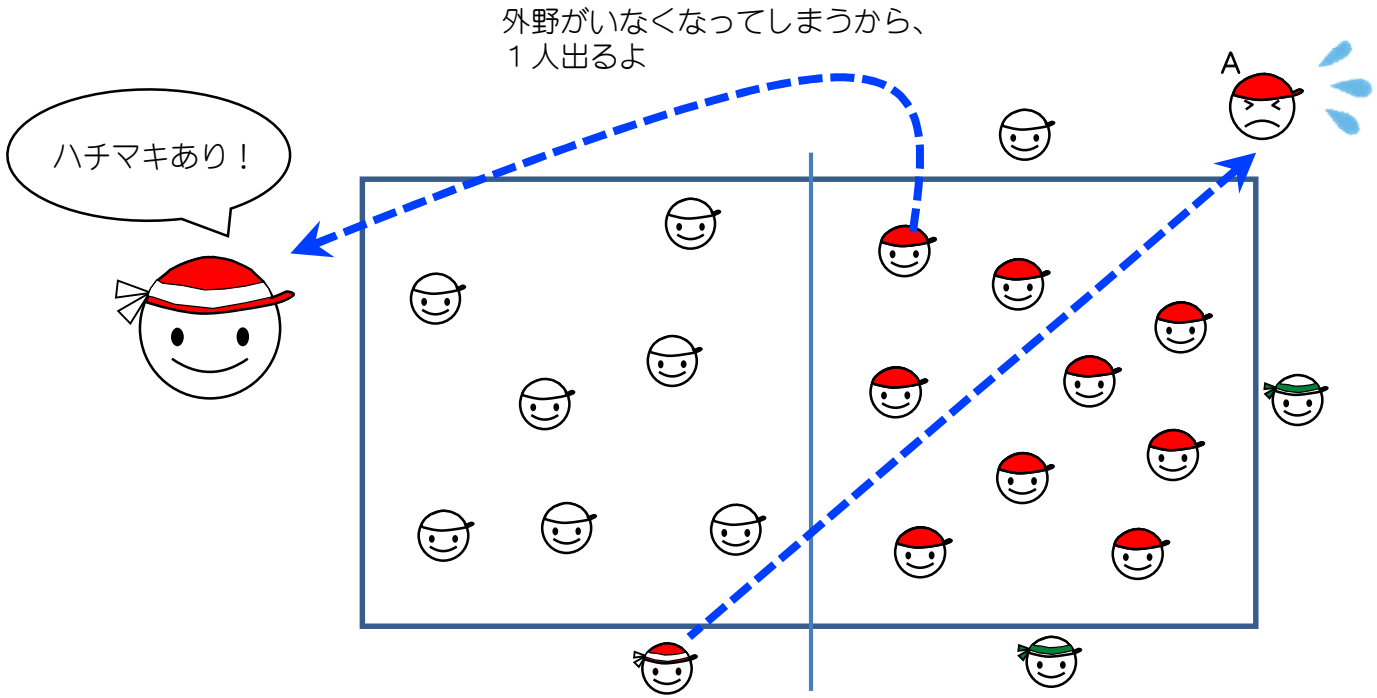
①交代選手がいる場合は交代してもよい。
ただし、交代する場合もハチマキの着用はせず、外野からとする。
（負傷などで試合から離れる場合）



6.途中退場

（２）外野選手(ハチマキ着用選手)の途中退場について（負傷などで試合から離れる場合）

② ①の状況において外野選手が0人になってしまう場合は、内野から外野に選手を1人出す。
この場合のみ外野に出る選手はハチマキをつける。

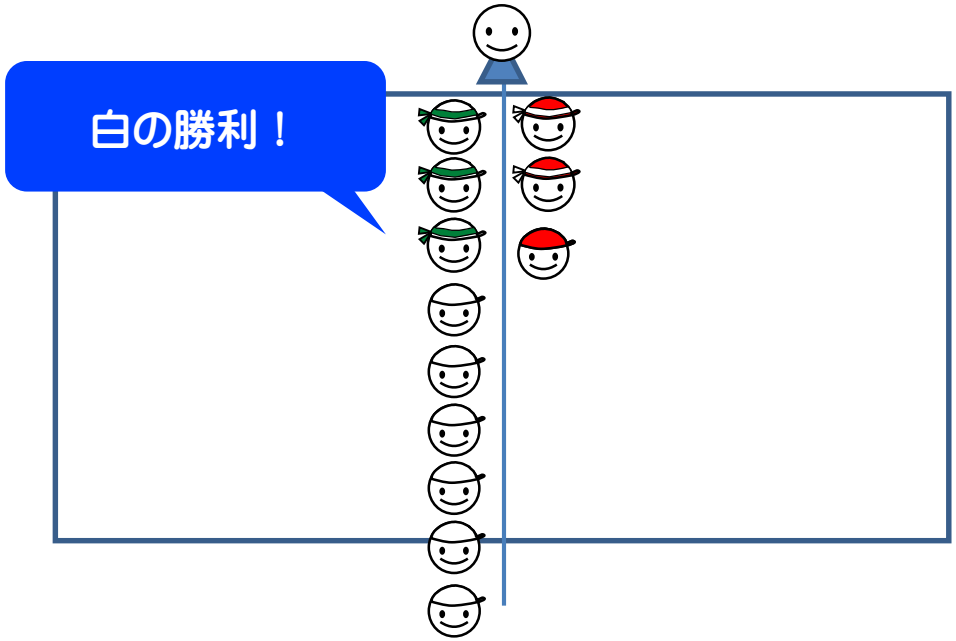


6.途中退場

（３）途中退場により３人以下となった場合の勝敗について

試合中に選手が負傷等で退場し3人以下になった場合でも、進行中の試合は中断せずに続行する。ただし、その試合の勝敗は下記のとおりとする。

①後半開始時に3人以下となっていた場合は、後半の試合を開始せず、人数が3人以下のチームは、前半戦の勝ち点が多くても敗者とする。

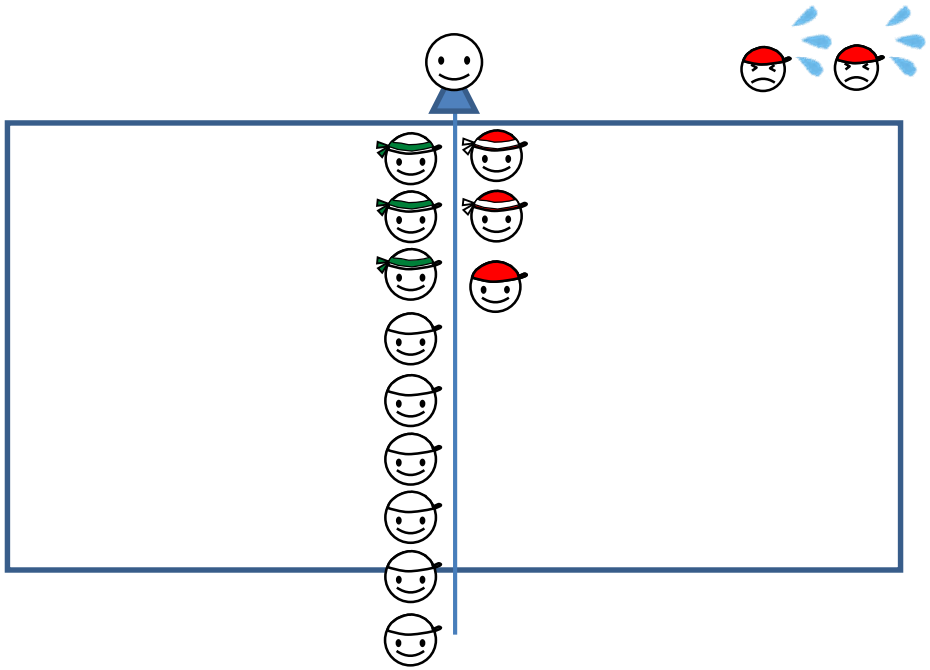


6.途中退場

（３）途中退場により３人以下となった場合の勝敗について

試合中に選手が負傷等で退場し3人以下になった場合でも、進行中の試合は中断せずに続行する。ただし、その試合の勝敗は下記のとおりとする。

②後半終了時に3人以下となっていた場合は、試合成立とし前半・後半の得点で勝敗を決定する。ただし、次の試合の前半開始時に3人以下の場合は人数規定により不戦敗となる。



コート名（　　）　試合名（　　）　試合開始（　：　）

チーム名	前半	後半	合計	延長	合計
白チーム	1	7	8		
赤チーム	6	4	10		

＊コート名には①、②…などのコート番号を、試合名は組合せ表のB1、B2…などの記号
＊試合開始には、実際に始まった時刻を記入。

赤の勝利！

7.その他

試合開始時と終了時には試合出場者によるあいさつを行う。

普段の練習会でもぜひ習慣づけていただけると嬉しいです。
勝っても負けても、お互いの健闘をたたえましょう！

7.その他

選手交代（試合続行不可能な選手が出た場合に限る）は、
ベンチ入りの育成者が主審に申し出る。

泣いてベンチへ戻ってしまった子、ハプニングで足をひねってしまった子…交代の理由は色々だと思いますが、ベンチ入りの育成者さんが子どもと相談して決め、主審に伝えてください。

7.その他

審判は次の場合において注意を行う。

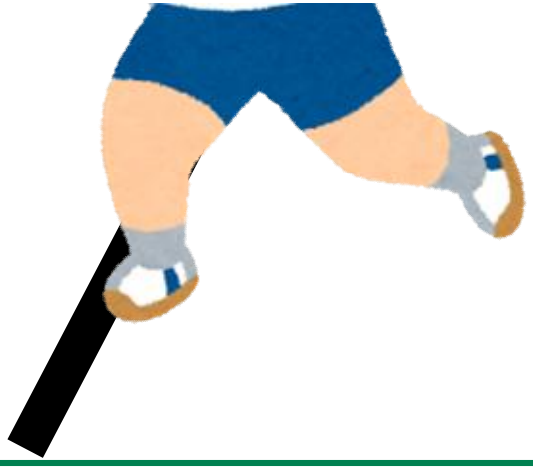
Ａ）セーフになるため故意に首から上で当たりにいった場合。

いわゆる「顔面セーフ」を悪用し、自ら頭に当てようとする子がいます。「頭ならセーフでしょ」という考えはスポーツマンシップに反しますし、何より危険です。初回から反則は取りませんが、危険行為のため注意します。繰り返すようであれば反則も取ります。
「ボールは避けるか受ける」ことをぜひ練習で伝えてあげてください。

7.その他

審判は次の場合において注意を行う。

B）ボールを持った選手がラインを踏んだ場合。

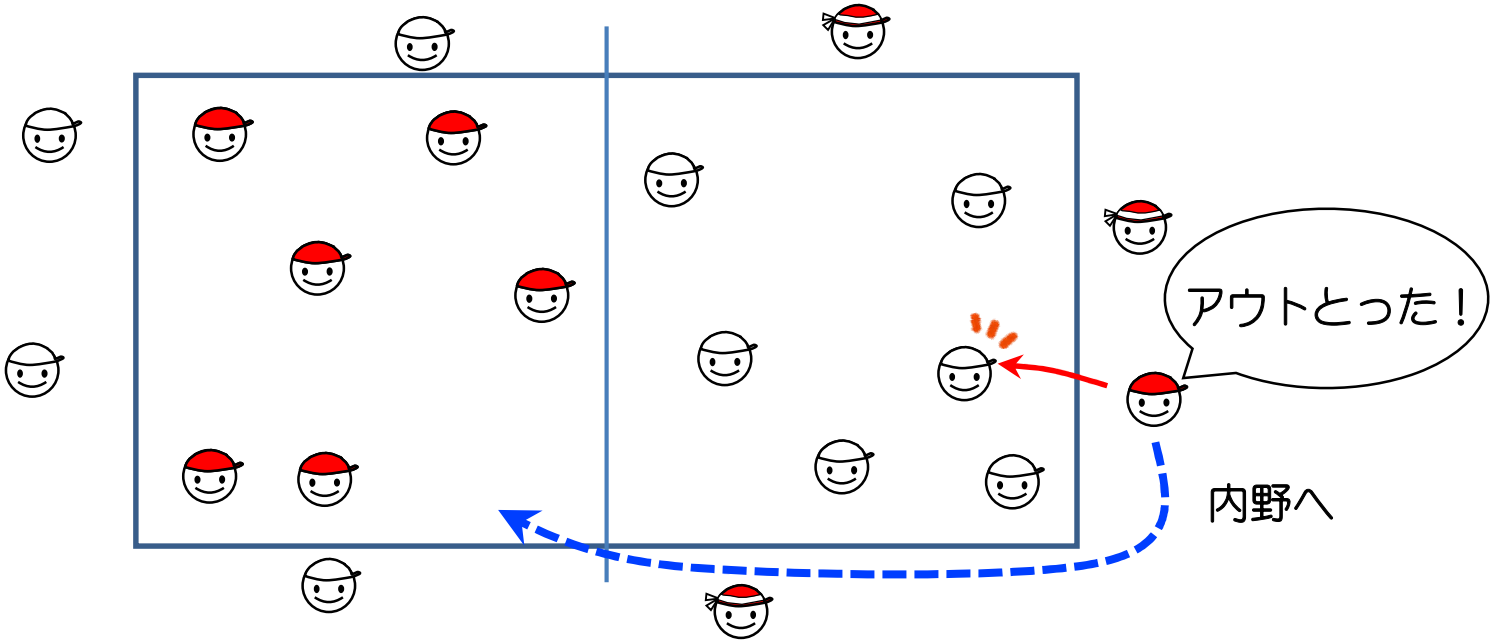


盛り上がってくると、ラインを超えそうになる子がいます。
踏んでいるだけでは反則ではありませんが、「踏み越える」と反則になります。
「今踏んでたから気をつけてね」と審判から声がかかります。

7.その他

審判は次の場合において注意を行う。

Ｃ）内野に入る権利を得た外野選手が内野に入らない場合。

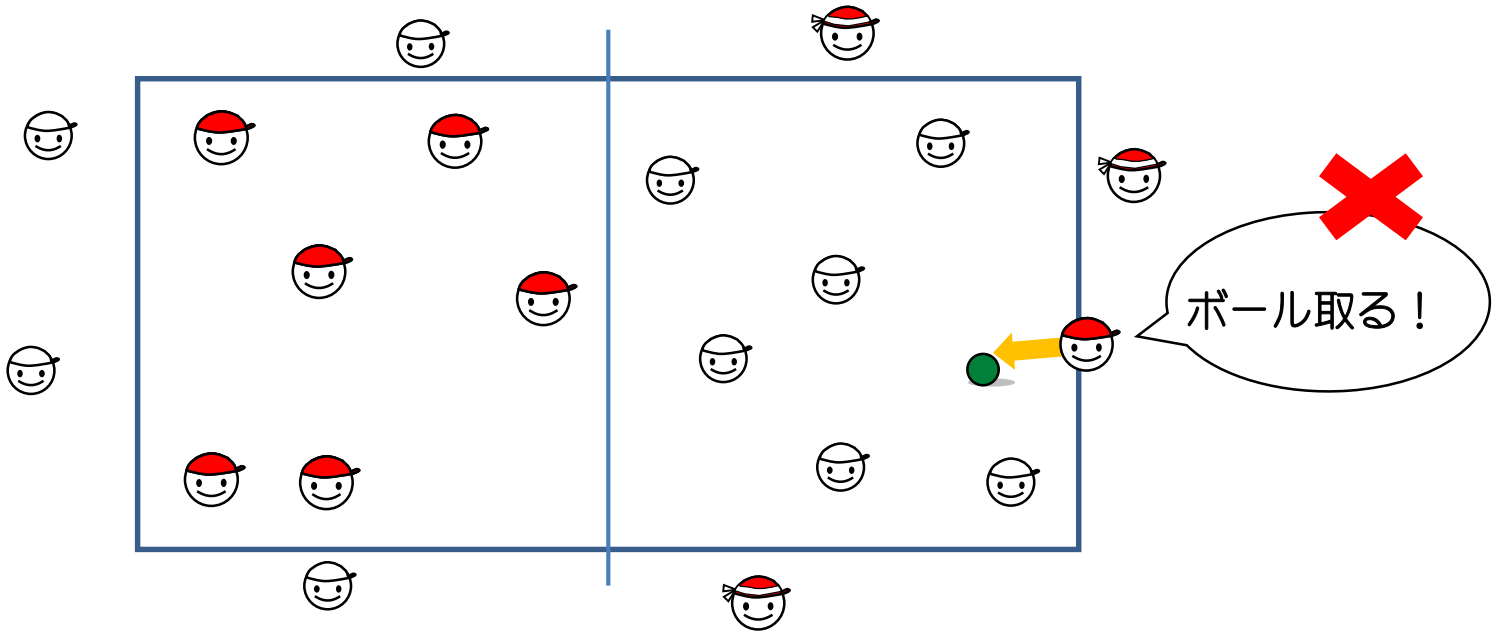


すぐに内野に入らないと、後から入ることはできなくなります。
速やかに移動するよう声をかけます。

7.その他

審判は次の場合において注意を行う。

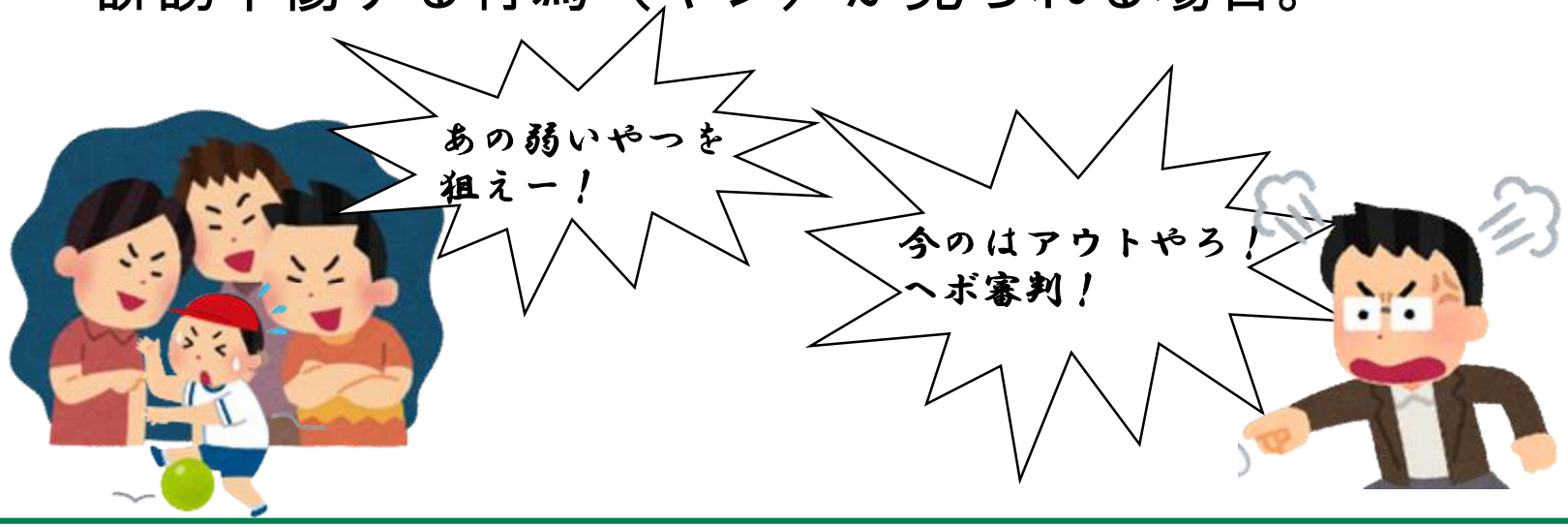
D）相手コートに入った場合。



7.その他

審判は次の場合において注意を行う。

Ｅ）観客および選手、育成者等により審判、相手選手を誹謗中傷する行為（ヤジ）が見られる場合。



あくまでも「こども会」の大会です。大人も気持ちよい声かけをし、
子どもたちの見本になりたいですね。

7.その他

審判の判定への抗議は一切受け付けない。

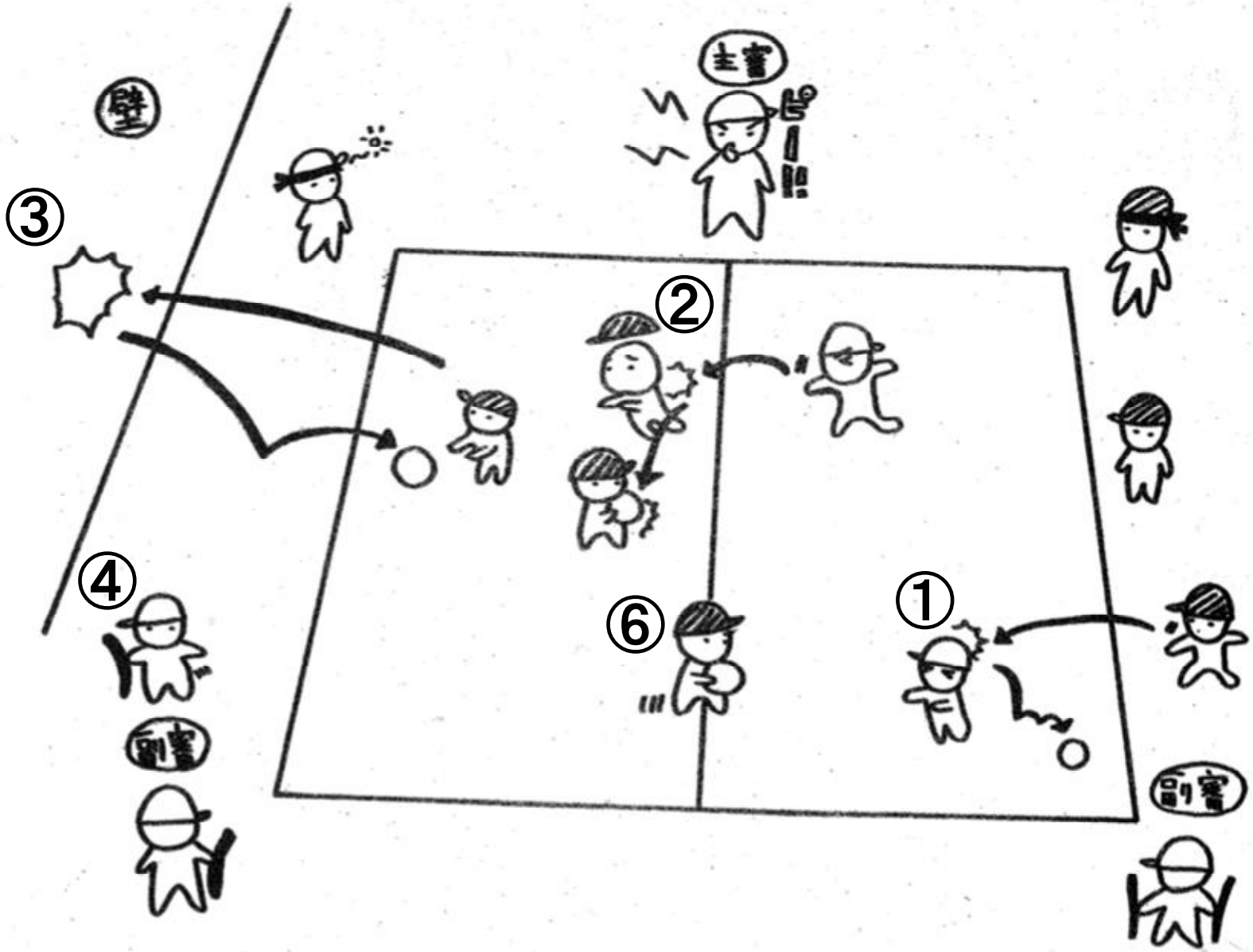
どんなに抗議をされても、判定はくつがえりません。
（仮にあやしい判定があっても…です）
一番近くで審判は真剣に見て判断しています。
「審判のジャッジにはしたがう」ことを子どもたちにも伝えてください。

7.その他

その他、記載のない事項は審判団の協議とする。

ルールで決められていない、よっぽど判定に困ることが起きた場合に限ります。普通にルールにのっとって試合をしていたら、協議するような事象はまずありません。

8.ルールのポイント



8.ルールのポイント

① 首から上はセーフ‼それ以外はアウト‼
体のどこかに当たったり、服にかすっただけでもアウト。
※ 但し、首から上は危ないので狙わないようにすること。

②ダブルアウトなし‼
２人目が、地面に着く前にキャッチすれば１人目はセーフ。
２人目が、地面に着く前に連続して当たってボールを落とした場合は、１人目だけがアウト。
※３人目、４人目ももちろんセーフなので、味方が当たったら積極的に取りに行こう。
※１人目が首から上に当たった場合は全員セーフ。

8.ルールのポイント

③

(1)壁にボールが当たった場合!!

※壁に当たったボールは全て外野ボールとする。

後方の壁に当たった場合→当たった壁側の外野ボールとする。

側面の壁に当たった場合→捕球した位置側の外野ボールとする。

(2)人、物にボールが当たった場合!!

取ったチームのボールとする。

※ラインを踏み越えて取るのは反則。

8.ルールのポイント

④ハチマキは角にいる審判に渡す!!
最初から外野に出ている選手はハチマキをつけている。
ハチマキをつけている外野の選手が内野に入るときは、
角にいる審判(副審)にハチマキを渡してから内野に入る。
※真ん中に立っている審判(主審)には渡さない。

⑤パス回しは連続４回まで!!
<u>連続で</u>５回以上した場合は相手ボールになる。
パス回しの回数は主審が数えている。

8.ルールのポイント

⑥ボールを持ったままラインを踏み越えたら相手ボール!!
ラインを踏んでいるのは相手ボールにはならない。
ただし、いつか踏み越えてしまうかもしれないから、
ラインを踏まないようにラインの一歩手前から投げるように
注意する。

8.ルールのポイント

・ハチマキをつけていない外野選手は当てたらすぐ
　内野に入る。後から入ることはできない。
・試合中に相手コートを横切ることはしない。
・アウトになったら外野に出るまでボールを触らないこと。
・外野は三方向からの攻撃が可能。
・ラインの一歩手前から投げる。
・内野の選手が一人もいなくなった(全滅)チームにハチマキを
　した外野選手がいたとしても得点には含まない。
　そのため、全滅する前に入るようにする。

ルールはいっぱいありますが…

　色々と細かい決まりがありますが、試合では全て審判がジャッジします。

　練習会ではぜひ、気持ちの良いプレイのできるチームづくりをして、ドッジボールを楽しみながら、チームワークを深めたり、友だちと認め合ったりできる機会にしていただけると嬉しく思います。