



人と人をつなぎ、笑顔を作る！

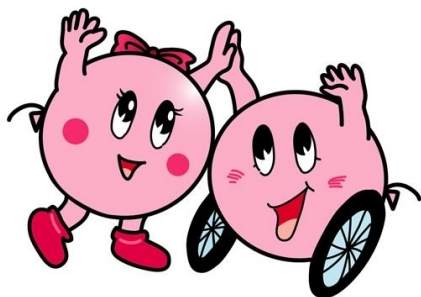
笑顔のふうせんバレーボール™ 指導マニュアルマスター版

米国著作権登録済指導書！



- 人が集える、楽しい居場所を創ります！
- お母さんを応援します！
- お子様の成長を応援します！
- 商店街の集う居場所創りを応援します！
- 放課後・学童を応援します！
- シニアの方を応援します！
- 企業教育を応援します！

私達はスポーツを楽しみます。
笑顔の輪を広げます。
思いやりの輪を広げます。



米国著作権登録番号 TXu 1-927-237
東京ふうせんバレーボール振興委員会
協賛・経理管理：(非営利型) (社) オールスマイル
制作・編集 厨川一仁
2018年3月6日第九版発行 (K0000_09)



笑顔のふうせんバレーボール™

目次

1. はじめに
2. 笑顔のふうせんバレーボール™考案の背景
3. 教室や体験会開催の注意事項
4. メニューの内容
 - 4.1 ふうせんボールお好きにどうぞ！™
 - 4.2 笑顔のふうせんアタック™
 - 4.3 ふうせんバレーボール練習風景
5. 練習の基本
 - 5.1 プログラムの基本
 - 5.2 練習の基本
6. コミュニケーションの工夫 “場に合わせて科学（工夫）する”
7. いろいろなプログラム
8. ふうせんバレーボールの特徴
9. 動機付けと効果の確認
10. 競技に向けた練習と注意すべきこと

参考1：ふうせんバレーボール ルールと進行

参考2：審判ジャッジ早見表（はばたきジュニア交流大会基本）

参考3：笑顔のふうせんバレーボール™体験確認シート例

【改訂履歴】

- 2009年5月19日東京都障害者総合スポーツセンター向けに簡易版資料作成
- 2013年3月1日初版発行
- 2013年12月20日第二版発行
- 2014年4月30日第三版発行 5項追記
- 2014年6月6日第四版発行 電子書籍版制作およびルールを含め指導広範囲修正
- 2014年7月15日第五版発行 大幅改定
- 2014年8月1日第六版発行 考案の背景など追記
- 2014年8月20日第七版発行バドミントン>バドミントン、URL 調査
- 2015年7月11日第八版発行日本ふうせんバレーボール協会 2015/3/8 ルール追加
- 2018年3月6日第九版発行協会ルールネットインOK追加



連絡先：“笑顔のふうせんバレーボール™”

マニュアル最終ページ参照

ふうせんの種類：

○2寸6分丸 桃色（ふうせんバレーボールで使用すると指定する）

○鈴（冠ふち無し）

（注）視覚障がいの方によっては、認識しやすい色が異なります。青、緑、混合色なども用意しておくことを推奨します。

購入先等については、当振興委員会まで、メールもしくは電話でお問い合わせください。





1. はじめに

本マニュアルは、笑顔のふうせんバレーボール™を教育・体験会・イベントで活用する指導者向けのマニュアルです。

笑顔のふうせんバレーボール™は、

○ふうせんプールお好きにどうぞ！™

○笑顔のふうせんアタック™

○簡易ふうせんバレーボール™(シンプルふうせんバレーボール™)

の3つのメニューを組み合わせて活用することにより、人と人とを繋ぐツールになります。

知らない人と、誰とでもすぐに楽しめ、かつ、みんなで成長できる“笑顔のふうせんバレーボール™”。スポーツを楽しみ、笑顔を作り、思いやりの輪を広げましょう。



2. 笑顔のふうせんバレーボール™考案の背景

2007年に「健常者と障がい者が共にできる、ふうせんバレーボールを東京で普及して欲しい」と北九州の荒川孝一さん(2014年2月23日逝去)から声をかけられました。有志数名が品川区心身障害者福祉センターに集合し、関東以北初の「ふうせんバレーボール同好会」を品川区で結成、後に東京ふうせんバレーボール振興委員会としました。

2008年、第8回全国障害者スポーツ大会チャレンジ！大分大会！に出場(10都道府県35チーム参加の試合)。同年、第19回全国ふうせんバレーボール大会に出場(48チーム、700名で運営)。

その後、2009年に東京都障害者総合スポーツセンター重度障害者向けの教室指導(高次脳機能障害)、2010年東京都障害者総合スポーツセンター主催第一回はばたきジュニアスポーツ交流大会のルール制作及び審判団運営を依頼されました。並行して小学校、特別支援学校、地域スポーツセンター、老人ホームなど多方面から講師を依頼されるようになりました。

この時、2寸6分丸桃色、直径40cmのふうせんなどの遊戯用ふうせんを活用し、いろいろな年齢層の方々や、幼児と一緒に来たお母さん達、介護で付き添ってきたヘルパーの方々も一緒に、長時間、楽しめるような環境ができないかなあと考えました。

そこで、競技性の強いスポーツやレクリエーションといった分野に特化せず、

「幼児から高齢者まで、年齢・性別・障がい・国境・宗教の壁を越え、誰もが直ぐに楽しめ笑顔になれる。

かつ、みんなで成長できる。」

そんな、コミュニティ形成ツールを創れば良いと考えました。

そして、ルールを柔軟にし、人と人とを繋ぐコミュニティ形成、年齢を問わないコミュニケーション教育を基本とした新しいメニューを考案し「笑顔のふうせんバレーボール™」と名付けました。

笑顔のふうせんバレーボール™は、主に以下、3つのメニューで構成されます。

○ふうせんプールお好きにどうぞ！™

○笑顔のふうせんアタック™

○簡易ふうせんバレーボール™(シンプルふうせんバレーボール™)

現在、笑顔のふうせんバレーボール™は「居場所創り、豊かな街創りのツール」として活用していくように工夫し続けています。





今後の時代背景(高齢化、少子化、収入減・共稼ぎ、認知症、ひきこもり、メンタル不全者の急増など)を考えたときに「地域単位に幼児から高齢者、障がいの有無に関係なく住みやすい街、笑顔あふれる街」を創ることが重要だと考えます。

人と人とを繋ぐ、笑顔あふれる居場所創り、そして豊かな街創りに「笑顔のふうせんバレーボール™」を活用して頂ければ幸いです。

3. 教室や体験会開催の注意事項

教室や体験会などを開催する場合には、本マニュアル後述の「参考2:笑顔のふうせんバレーボール™体験確認シート」を参考に必要事項を確実にヒヤリングし、注意事項を遵守してください。

特に、以下項目を明確にして対応すること。

(1) 目的・目標を主催者(依頼元責任者)からヒヤリングし取り決める

目的・目標は、依頼者も明確化されていない場合が多いです。笑顔のふうせんバレーボール™をどのように活用したいのか、丁寧にヒヤリングし、まとめ上げてください。

目的:コミュニケーション、チームワーク、ダイバーシティ(多量性)、思いやり、インクルージョン、オルタナティブ(代替え)教育、誰とでも楽しく、普段できないチームプレイを親子で思いっきり楽しく、その他
目標:①知らない方同士で、【誰も除外せず】仲良く・楽しくスポーツをする。②でも、勝つにはどんなチームワークが必要か工夫してみよう。③体験・体得、④その他

(2) 参加対象者の心身能力・年齢を正確に確認する

小学校放課後、通常級・支援学級混在放課後、特別支援学校、重度の身体・心身障害、小学校、幼児から高齢者まで自由参加お祭り、大学ゼミ、お互いを知らない学生など

(3) 日時では、準備開始時間を考慮すること。

(4) プログラムは、休憩を考慮し、決して無理しない

(5) 設備

①場所 体育館、会議室、屋外、バドミントンコート設置可否、**会議室で簡易ネットなど**

②ふうせん2寸丸 6分桃色 個数、冠ふち無し鈴の個数「ふうせん3個/コート×コート数×2」

③点数表 コート数分

④ホワイトボード(or 黒板) 試合結果記入用、その他

(6) インストラクター・コーチ人数

参加者人数・心身能力およびプログラムによりインストラクター、コーチの選定、人数を調整する。

(7) 障害保険加入の確認と責任の所在など >>必ず明確に書面化(メール可)すること。

障害保険加入の有無と責任の範囲(基本は、障害保険対象範囲及び応急処置まで)

(8) ラテックスアレルギーへの注意

参加児童にラテックスアレルギーのイベント事前アンケート確認を実施。アレルギーの可能性のある児童は、予めご家族もしくは、主治医の同意書を受領すること。

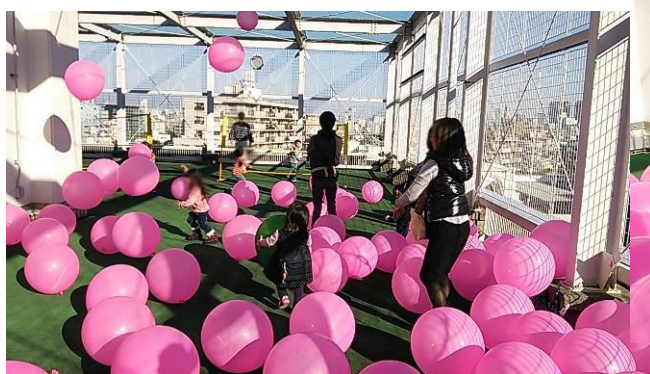
(9) 取材など記録方法の許可申請

無許可で写真を公開してはいけません。必ず、許可申請し、少なくともメールで折衝内容を保管する。



4. メニューの内容

3.1 ふうせんプールお好きにどうぞ！™



ふうせんプールお好きにどうぞ！™は、沢山のふうせんと戯れながら、気兼ねなく誰でも楽しく参加できるコミュニティ形成ツール。

親子でも、高齢者でも、性別・障がいの有無に関係なく、ふうせんと戯れながら“みんなが触れ合え



る楽しい居場所”を構築できます。

幼児から大人まで障がいの有無に関係なく、このふうせんといろいろな遊びを考案し戯れ続けます。

- ルールから解放される！
- 誰もが童心に還れる！
- 誰でも、自由に、のびのびと！
- 自然に人が集まる、障がいの有無も関係なく、大人も子供も一緒に！
- 何も指示しなくとも、新しい遊びを創造する！

お祭りや地域イベントなどで親子、地域住民、学校など年齢性別・障がいの有無に関係なく多くの方々に集まって頂くツールとして、大会や試合前のアイスブレイクなどに活用できます。



3.2 笑顔のふうせんアタック™

年齢・性別・障がいの壁を越え、“誰でも直ぐにできる遊び・交流試合”や、“各種アイスブレイク”に活用します。



(1) ルールの説明

- a. 1回 10秒、3回戦、実施。都度、作戦タイム30秒。
- b. 最低、参加者ひとり一個以上のふうせんを持って待機。(20個以上がベスト)
- c. 合図とともに、相手コートにふうせんを打ち返すもしくは投げ入れる。
審判の合図方法：“笑顔のふうせんアタック”>かまえて>よーい>笛ぴー！”
- d. 審判の終了合図で、その場で打ち方を終了し、待機。
- e. 審判がコート内で、ふうせんの個数を数えリーダーに確認、少ない方が“勝ち”。

(2) 注意事項

10秒とはいえ、かなり体力を消耗します。夏場は、3回戦後は、水分補給、休憩すること。

(3) 使用コート

- a. バドミントンコートダブルサイズ。(ネットを下側にもセットするのが望ましい。)

(4) 審判などの対応

サポーターは、①コート外に飛び出したふうせんをコート内に入れる②試合終了時に選手がプレーしないように合図③反則球を相手コートに入れるなどをします。



3.2 ふうせんバレーボール練習風景

小学校、高次脳機能障がいなど年齢、心身能力に合わせた、ふうせんバレーボールの練習風景です。



「全員がパスしてから相手コートに返球する」という基本ルールは尊重しつつも、参加者の心身能力に応じて、楽しみ成長できるように柔軟にルールを変更工夫する。

- ①決して、誰も除外せず、みんなが成長できる工夫をし続ける。
- ②心身能力を見極めて、チーム人数、返球回数、パス回数、パス方法などを決める。
- ③競技に集中した場合の警告を促す。



5. 練習の基本

5.1 プログラムの基本

プログラムの基本です。毎回、必ず、参加人数および心身能力を見極め一部変更して実施する。

No.	時間	所要時間	プログラム
1	15:00～	10分	①準備運動 冬場は、しっかりアキレス腱・肩のストレッチを行う。 ②注意事項 a. コーチの指示に従う。 b. 除外せず、仲良く、楽しく c. ふうせんが割れたら、直ぐに競技・練習を中断し、チーム全員で鈴を拾う！
2	15:10～	5分	①チーム分(ゲーム形式で) 未経験・小学生の場合は、最初4名 ②チームに名前を付ける(試合を行う場合) ※血液型、山海好き、誕生日、犬猫好き、他
3	15:15～	5分	ゲームルールの説明
4	15:20～	10分	①サーブの練習 各チームでサーブの練習 ②サーブ競争(2回) ※途中で作戦会議1分(状況により判断) ※反則:オーバーライン、ジャンプアタック、タッチネット
5	15:30～	10分	①パスワークの練習 3名から4名以内が理想。慣れてから6名にする。 ノーマルパターン15回目標、時計回り・反時計回りなど2周目標 ②パス回数競争(1分×?回) ※途中で作戦会議1分(状況により判断) ※反則:ドリブル、ホールディング、ナットパス、フットボール
6	15:40～	5分	休憩・水分補給
7	15:45～	35分	①練習試合「5分以内 × 3回」 勝ちチームなど、適当にローテーション ※休憩。1試合終わったら必ず5分休憩 ※途中作戦会議1分(状況により判断)
8	16:20～	10分	①試合結果発表 ②整理体操 ③終わりの挨拶
	合計時間	90分	

オプションプログラム

		1回 10秒、 3回戦	①笑顔のふうせんアタック™ 鈴無しふうせん20個以上用意 ※ネットを挟んでおもしろい、ふうせんを打って、ふうせんに慣れる。 割れることも想定。 ※終了時、必要な、ふうせん以外は、ふうせんプールお好きにどうぞ！™に使用する。競技にのみ集中しないで、遊ぶ、ふうせんを抱いていると、落ち着く子供もいます。臨機応変に対応してください。
--	--	----------------	---



5.2 練習の基本

(1) 安全対策

“ふうせん”は、割れます！！

割れたら “直ぐに練習、試合を中止”

“鈴”を、探して拾います！

鈴を、そのままにしておく、怪我の元になります。その場で、直ちに、回収するようにします。

(2) 自由に、ふうせんと遊び戯れる時間を作る。

“ふうせん”は、思いっきり打っても痛くありません。思いっきり打つと楽しいです。

自由に、遊びながら思いっきり打つ時間を作ってください。

参加者人数以上のふうせんを用意し、プログラム開始前や、ふうせんアタックの後、休憩時間などは自由に遊んで、ふうせんに慣れるようにする。

(3) 基本(キーワードは、“コミュニケーション”)

基本は、

声だし…恥ずかしがらず、みんなで大きな声を出して数を数えよう！

1, 2, 3、…、返して!!

合図……打ちます！（自分が打つ）、打って！（相手に打つと合図）と、“声と片手”で合図する。

(4) はじめての練習

① お友達及びふうせんに慣れる

お互いに仲良くなれるように「ふうせんプールお好きどうぞ！™、笑顔のふうせんアタック™遊ぶ。

② サーブから練習する

ふうせんに慣れないうちは、ふうせんを軽く打つのが難しい。まず、「サーブ」から練習して「ふうせんを思いっきり打つても大丈夫」という感覚を身につけるようにする。

こつは、「体全体で、ゆーっくり上げて、打つ！」の見本と掛け声で。

※反則について指導する: オーバーライン、ジャンプアタック、タッチネット、ネットイン OK(全国大会ルールは、反則)

③ 2名組みでパス練習

遠くにパスするハードパス、近くでソフトパスの練習。ソフトパスは、最低20回は続くようにする。

④ チーム編成でパス練習

・4名以下とする。ふうせんに慣れないうちは、6名は難しいです。

・チーム内の声の掛け合いを必ず行うように指導する。

ナイスプレイ！（Good job！）

ミスした時 「ごめん！ごめんなさい！（Sorry, my bad!）」

みんなで…「ドンマイドンマイ！！（Never mind!）」

※大きな声で合図する。数える。



最初から名前を言うのは難しいので、以下重要な掛け声を出すように指導します。

みんなで数を数えて！(Everyone, count!)…みんなで数を数えて！

打ちます！！(I go!)…私が打ちます！

打って！！(You go!)…お願いします！

パスして！！(Give him/her!)…～さん・彼に・彼女にパスして下さい！

まだ打ってない人は??(Who need to touch?)

反して！！(Return!)…相手コートに反して！

※反則について指導する:ドリブル、ホールディング、ナットパス、フットボール

※2名が同時に打った場合は、次にどちらが打っても良い。

⑤練習試合

4名以下の少人数、4回から8回で返球する。

8回の返球にすると、ひとり2回はボールを打つことができるので解りやすい。

(2)2回目もしくは慣れてきたら

①6名チーム編成にし、試合数を多くする。

②リーダー、サブリーダーの交代(かなり慣れてきた場合)

各試合単位に、リーダー、サブリーダーを交代する。リーダー、サブリーダー、スタッフそれぞれに重要な役割があります。得手不得手は、あるかと思いますが、体験してみる。

③ハンディキャップの設定など(必要な場合のみ)

椅子に座る、利き手以外でプレイ、両手を使わない、動かない、アイマスク、車椅子、など

(5)ネットを挟んでの練習

自分でトスできない方には、マンツーマンで打つ練習をしましょう。

コツは、ふうせんを手で上げないで「体全体を使い、ゆっ—くり上げて、打つ！」

①初めて方は、“ふうせん”の飛距離が掴めません。(ネットを越えるの?強く打ったらどこまで飛ぶの?等)

②ネット近く、アタックライアンからのアタック、少しと遠くからパスなど、自由に打って“ふうせん”に慣れる。

③サーブの練習だけ、連続して行う。ネットを越える感覚を早く覚えるようにします。楽しいです!

(6)円形パスでの練習

初めて“ふうせん”に触れる方は、“ふうせん”を打つ感覚がわかりません。

①片手で打つ。

②軽く打つ感覚>>近くの方に、かるく上方に打ってパスする。

③遠くに打つ方法>>対面の離れた方に“ふうせん”の真横を上方に強く打ってパスする。

※チーム分けの時に、初心者チームの練習時間を設ける、指導者・経験者が練習サポートできるようにする。

パス練習の種類(かる—く、確実に相手の選手にパスする練習)

「ノーマルパス」ドリブルにならないように全員でパス

「人差し指一本でパス」全員、人差し指だけでパス。

「人差し指一本で隣の選手にパス」隣の選手にかる—くパスする練習。時計回り、反時計回り。



(7) 的確にアシストする工夫

キーワードは、“チームワーク”。除外しない。リーダー・アシスト・選手それぞれに役割があり、お互いの役割を理解し助け合う。

身体能力の低い方や障がいのある方への的確なアシストで、お互いが楽しくプレーできます。しかし、過剰なアシストは「自主性」を損なうことがあるため、本人の力を十分に発揮できるような的確なアシスト方法の工夫を心がけましょう。

- ①パスは片手で丁寧に。レシーブも片手(片手および体)で行います。ふうせんは、軽いので両手でのレシーブやパスをすると「ドリブル、ホールディング」になりやすいです。
- ②パスは上に打ち、次の選手がパスしやすいように位置と時間を確保します。
次の選手に向かって打ってしまうと勢いが付きすぎて、簡単にとれません。また、障がいのあるプレーヤーに、無理やり当てるようなパスは、「ナットパス」として反則です。
- ③パスは大きな声で「1、2、3、4、5、6、…、10」と数えます。「全員触っているか?」、「数は、いくつなのか?」を全員で確認します。
- ④キャプテンは、ボールの状況を判断し、次にパスする選手の名前を呼んでいきます。

(8) 試合の人数構成

“障がいの特性を持った方々だけでチームを構築する”

“心身能力と人数に合わせて、ボールを返す回数を変更する”

など工夫しましょう。

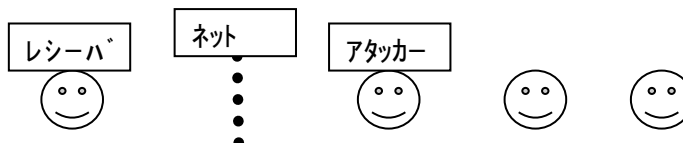
例: 5人なら、10回で返す。4人なら8回で返す。3人なら6回で返すなど…。

人数は、少ない方(6名以下)がお互いにプレーできます。10名以上になりますと、お互い、各選手に目配りできなくなり、難易度も上がる的確な指導ができないです。

(9) サーブク競争

ネットを挟んで全員サーブするまでの速さを競争する。

① セットポジション



- ③アタック後“アタッカー”は、レシーバーのポジションに。
- ②アタック後“レシーバー”は、ふうせんを拾い、次のアタッカーにふうせんを渡し、最後尾に。
- ④最後尾にポジションしたら、アタッカーの肩を叩く。
- ⑤アタッカーは、肩を叩かれたら、アタックする。



6. コミュニケーションの工夫「場にに合わせて科学（工夫）する」

笑顔のふうせんバレーボール™の指導者として、最も心がける事項です。

「ひとこと、ふたことでも意思が通じない（コミュニケーションがとりにくい）…」ことがあります。円滑に、コミュニケーションを取るためには、「場にに合わせて科学すること」が大切です。

参加者、場面に合わせてコミュニケーション方法を、工夫し続けてください。

ひとりひとりの特性は、異なります。同じ参加者でも、日によって気分が変化します。他では、おもしろかった、うまく行った…でも、「今、この場面で通用するか？」考えてください。

- ①方法は、複数あります。
- ②多様性、共存方法を工夫し続ける。
- ③成長の可能性を信じる。焦らず、諦めずに継続すれば、みんなで成長できます。

ここでは、私達が、各学校・施設の先生、ご家族、関係者、コーチと一緒に工夫してきた一例を紹介させていただきます。

(1) トラウマ防止

人の一生は、トラウマに左右されます。たった一回のイヤな体験が、その人の一生を左右してしまうことがあります。

よって、指導時には、みんなが、安心安全と思える居場所創りを最優先します。

- ①危険行為は、即刻注意する。
- ②暴力行為（言動・行為）は、即刻注意する。体罰だけが暴力ではありません。言葉の中傷は、時には体罰以上に、心に大きな傷を残します。

(2) 責任者やご父兄に事前確認する

初回教室や始めて参加する方がいる場合には、必ず、パニックなど、何か課題がないかを事前ヒヤリングします。パニックであれば、責任者やご父兄に、どのような時にパニックを起こしやすいか確認します。（音、肌に触れる、色、任意の言葉、などなど）

(3) ボールの色の選択

認識しやすい色は、異なります。ある程度、ボールを認識できる視覚障がいの方でも、認識しやすい色が異なります。少なくとも3色は、用意します。

- ピンク色（通常使用する色）
- 濃い青
- 緑
- その他

同じ場所でも、太陽光の光量や蛍光灯、水銀灯、ダイオードなどで認識できる色が変わります。その対象者のプレイ（遊ぶ）する位置で認識できる色を確認します。

コートチェンジした場合など、明るさが異なり、認識できる色が異なる場合があります。都度、確認しましょう。



(4) 礼に始まり握手で終わる

練習試合は、礼に始まり握手で終わる。試合終了時は、「勝っても負けても笑顔！」と促し、握手で終了するようにします。

指導者は、自ら笑顔で「整列、礼、握手」を大きな声で合図するようにしてください。決して、号令で無理やり指示するような方法は避けてください。

(5) “声と手を叩いて”ボールを打つ“方向”を指示する

“声を出し、手を叩き”打つ高さや方向を指示します。

これは、あつちに打って、こちらに叩いて「手と指で方向を指しても」理解できない場合です。

これは、視覚障がいのある方の、ブラインドアタックなどのアシストと同様です。



(6) サーブおよびアタックするラインを「マーカーの上で」と指示します

なかなか「ライン」を意識できない場合でも、円マーカーは、意識できます。

“ここに立って打ってください！”ということは、比較的簡単にできるようになります。



(7) 視覚障がい者へのアシスト方法



ネットの近くで、手を叩いて、「高さ」と「方向」を教えます。

(8) 動作を徹底的に細かく分解する

必要な動作を徹底的に細かく分解し、その参加者の心身能力に合わせて教え方を工夫します。

- ボールを持つ(最初は両手、慣れてきたら片手で練習)
- ボールをゆーっくり上げる(上げ方だけで、何度も練習する)
- ボールを真っ直ぐ打つ
- ボールを少し強く打つ



○その他

(9) 簡潔明瞭に伝える

複雑な指示や非定型の指示は、通じません。

× 来ちゃダメ > ○止まって！

× 下がっちゃダメ！ダメっていったでしょ！ > ○止まって！

× 下げちゃダメ！ > ○手を上げて！

(10) 徐々にレベルを上げていく

決して焦らずに、その場、参加者の心身能力に合わせて徐々にレベルを上げていく。特に、参加者の心身能力に差がある場合には、一方に偏らず、みんなのレベルが上がるように工夫していく。

(11) 具体的・簡潔明瞭にほめる

すばらしいプレイには、みんなで拍手する。上手にできずに悔しがっていたら、みんなでフォローします。ほめる時には、具体的に簡潔明瞭に、ほめるようにします。

具体的に簡潔明瞭にほめることは、みんなの成長と、楽しい居場所創りの基本です。

○ ナイスアタック

○ ナイスサーブ

○ ……さんへのフォローが良かったよ！

○ 今の指示は、的確だったなあ！

○ その他

(12) 日程・約束事を守る

通常でも約束事は守ります。でも、不可抗力で日程変更や内容変更などが起こることはあります。この場合、「実は、まだ予定が決まっていなかった。もう少し待って…」などは、よくあることです。

しかし、人によっては、いいわけが通用しなかったり、パニックを起こす場合があります。特に広汎性発達障がい(自閉、アスペルガー、学習障がい)のような特性のある方には、訂正を理解できない方(寛容に受け入れることができない方)もいます。

よって、例えば、1週間後に予定が明確になるようであれば、かなり余裕を持って3週間後に日程を通知すると本人に連絡するような工夫をします。

(13) 審判笛の音を変える

参加者によっては、通常の笛の音を高く感じる方がいます。審判の笛は、進行のメリハリをつけるのに重要です。

しかし、参加者の楽しみが疎外されるのであれば、優しい音色の笛に変更したり、声で合図したり、合図の方法を変更してください。



7. いろいろなプログラム

7.1 オルタナティブ教育の例

学校、大学、企業でのオルタナティブ教育プログラムの一例です。

(1) チーム分け

リーダー、サブリーダー（フォロワー）、メンバーを交代しながら各役割を理解できるようにする。
特に、リーダーだけではなく、「フォロワー」の重要性を理解することが大切です。

(2) 複数回でのプログラム内容

第一回 「ふうせんに慣れる」

第二回から第三回 「ハンディの追加」

固定椅子に座る、利き手を使わない、動かない、アイマスク着用などハンディを設定する。

徐々にハンディを高く設定する。

最終回 「創造」

ふうせんを活用した新しいルール、スポーツ、レクリエーションの創造

年齢・性別・障がいの有無に係わらず直ぐに実施できるメリットを生かして、集まった方々の心身能力に合わせて、楽しめるルールを工夫してみる。

例えば、

- ① シットイング状態でならプレーできる方々だけで楽しむ方法。
- ② 全員が椅子に座って会議室でレクリエーションする。
- ③ ネットを使用しないで、楽しむスポーツを創造する。
- ④ その他

7.2 定期的を実施する場合

参加者全員が、

- ① 自分と相手を意識して、意思疎通を図れるようになる。
- ② 少しでも生活機能向上が図れるようになる。
- ③ 人との繋がりが円滑になる。

などの目標を立案し、成長度合いを見極めながら、詳細目標や指導方法を変更していく。

なにも検討しないと、リーダー、サブリーダー格、声が大きいなどの一部の参加者の方だけのスタンドプレーが目立つようになります。

こうなりますと、除外がはじまり、参加者が限られて、コミュニティ形成の目的から外れることとなります。



8. “ふうせんバレーボール”の特徴

“40センチピンクのふうせん”の特徴を活かしましょう。

(1) ふうせんの特徴

- ①認識しやすい大きさ。
- ②ゆ——っくり落ちてくる。
- ③指一本で軽く打てる。
- ④やわらかく、顔にあたっても痛くない。(鈴が当たれば、痛い。)
- ⑤気持ちの落ち着く「ピンク色」

⑥欠点もある “割れて、大きな音が出る！”

(2) ふうせんバレーボールの特徴

- ①気軽に、かつ直ぐに楽しめる(“ふうせん”という素材の特徴)
“未経験の方が、練習も無しに直ぐに参加”しプレーを楽しむことができる。
- ②人を選ばない・いろいろなコミュニティの形成
障がいのある人もない人も、そして、小さなお子さんからご高齢の方まで、誰もがプレーを楽しめる。各々の楽しみ方を工夫できる、障がいの有無に関係なく一緒に、世代間交流など、様々なコミュニティの形成に役立てることができる。
- ③障がいを選ばない(“ふうせん”という素材と鈴を利用した工夫)
どんな障害でも、どんなに障害が重たくても余暇、リハビリ、スポーツとして参加できる。
- ④全員参加(“ふうせんバレーボール”ルールの工夫)
「自分のコートにボールが来たら、全員がボールに触れてから(打ってから)でないと相手コートにボールを返すことができない。」というプレーにおける全員参加。
- ⑤競技レベルでの楽しみもできる(技術を追求できる)
全員参加パス、アタック、サーブ、レシーブなど、競技レベルで技術追及していくことができる。もっとおもいきりプレーしたい、競技レベルで楽しみたいなど技術を追求できる。
- ⑥いろいろな楽しみ方を創造できる
軽い、スローな動きを利用して、ルールの工夫に限らず、いろいろな方に合わせたスポーツを創造し易い。あえて、欠点を上げれば、野外での活動に制限があることと、体育館などの施設の確保が難しいということです。

(3) 笑顔のふうせんバレーボール™で、できること

この“ふうせん”という素材とメニュー、指導方法の工夫から、従来になかった楽しみ方ができます。

- ①幼児から高齢者まで多世代の方が、簡単に直ぐに一緒に余暇、スポーツを楽しめる。
- ②障がい者と、介助で同行した方が一緒に楽しめる。
- ③一時間くらいの練習会でも、おもいきり体を動かそうと工夫しリハビリとスポーツの楽しみを同時に行う事ができる。
- ④継続すれば、みんなが成長でき、住みやすいインクルージョンな社会が構築できます。



9. 動機付けと効果の確認

「**全員ボールに触れてから返す・・・**」という**全員参加の基本**を守り、「**選手全員の思いやり**」を基本としながら、参加している方が「**参加しているという意欲と力の自覚**」を感じ取れるように工夫する。それが、普段の生活の場でも、自分でできる範囲をさらに広げていきかけとなります。

動機付けと効果の確認は、・・・

- ①知的好奇心への刺激・・・**まず、楽しい居場所であり、そこに行きたいと思えるか**。そのスポーツ・レクリエーションをもっと知りたい、学びたいと感じる事ができるか。
- ②自己有能感・・・自分にも、できると感じられるか
- ③自己決定感・自己効力感・・・自分で参加している、決めていると感じられるか
- ④受容感・・・他者に認められているか、一緒に参加していると感じられるか

さらに、ふうせんバレーボールの大きな特徴として自分でできる範囲を認識し、できる範囲でプレーをする(移動を介助して頂いたり等)、というものがあります。

自分でできる範囲を自ら把握することで、できないことは「お願いっ！」と合図して依頼することができます。

このことが、日常生活でも、他の方に指示を出したり、お願いをしたりすることができます。今後の目標設定を行うことも可能になります。

このことから、以下、2項目をより意識して創造することができます。

- ⑤自己認識感・・・自らのできる範囲を把握し、受容できているか
- ⑥向上心への刺激・・・もっと行動範囲・生活範囲を広げよう。もっとうまくなりたい、できる範囲を増やしたいと感じることができるか

動機付けは、総て、「人の幸せを求める心」が背景にあります。

人は、人と繋がる方法を覚えて、人の中で生きるのが基本です。

- ①人に愛されること
- ②人のほめられること
- ③人の役に立つこと
- ④人から必要とされること

②から④については、工夫すれば、笑顔のふうせんバレーボール™で、創造することができます。

10. 競技に向けた練習と注意すべきこと

笑顔のふうせんバレーボール™は、勝つための競技練習のみに集中することを推奨しません。しかし、競技スポーツとして楽しむことは、成長にも繋がります。

試合に勝ちやすい、競技向けのフォーメーションの一例を紹介します。

この場合の注意事項として

- ①点を取りやすい特定のアタッカーにアタックを集中させてしまう。一部の選手のみが、アタックをしてしまう。
- ②各選手の稼働領域、特に障がいを持った方の稼働領域を制限し、動ける選手がアシストに回ります。



よって、この練習方法に専念した場合には、障がいを持った選手の自主性、成長等は二の次となり、動ける選手のみがハッスルするチーム編成になりやすいことに十分に注意してください。

(1) サーブの基本

1本目は、思いっきりハードアタック。2本目は、軽く打つなど、確実に入れるように打つ。

(2) レシーブの基本

- ①セッターとアタッカーは、出来るだけ2本残すように、他の選手がレシーブする。(アタックの前に2本使ってしまうとアタックできなくなる。)
- ②相手側の1本目のサーブが、ラインオーバーでも、簡単に取れる場合には、レシーブする。レベルの高い選手は、サーブを2本、失敗することはありません。取れるボールは、レシーブしてしまった方が、楽にパスワークできます。
- ③ラインギリギリのボールは、レシーブする。ボールが大きいので、確実に外れている以外は、インとして判定される。
- ④強いアタックボールのレシーブは、「体全体」か、ふうせんに手を当てるだけでレシーブする。打とうとすると、ふうせんが意図しない方向に飛んでいってしまいます。

(2) パスワークの基本

- ①一旦レシーブしたら円形になり、車イスなど障がいレベル1・レベル2の選手から先にパスする。
- ②パスは、相手がとりやすいように、頭上前方の目で見える位置に上げる。
- ③パスワーク時に、キャプテンは、次にパスする選手の名前を呼び、手と声などで方向を指示する。
- ④打っていない選手は、手を振るなどで、パスの有無を直ぐに確認できるようにする。
- ⑤2回パスした選手は、両手を胸に当てる、もしくは、コート外に出る。

(3) アタックの基本

- ①アタック及びセッターを、予め決めておき、お互いに何回打てるかを考慮しアタックまでのパスを決めます。
- ②セッターは、トスの後、もしくは、他の選手が、ネットカバーに回ります。アタックが失敗した場合でも、直ぐに返球できるように体制整えておきます。

(4) チームワークの基本は忘れない

「気合だ！ 気合！」となりやすいですが、うまくいっても、いかなくとも「ナイスプレイ」、「どんまいどんまい」と声を掛け合う。

相手チームの好プレイには、拍手するくらいの心のゆとりを持ちましょう。

「トラウマは、人の一生を左右する」ということを決して、忘れないでください。不用意な、ひとことが、その人の一生を不幸にする場合があるということを、指導者、リーダーは認識してください。



参考1：“ふうせんバレーボール ルールと進行”

小学生、高齢者、障がい者など心身能力に合わせて工夫しているルール(東京都障害者スポーツセンター主催はばたきジュニア交流大会でも使用)を基本として、全国ふうせんバレーボール大会ルールとの違いを併記しています。

1. 基本的なルール

- (1) バドミントンコートで鈴の入った直系40cm の丸型ゴムふうせんを使用し、チーム6名全員がボールを打った後、10回以内に相手コートにボールを返します。
- (2) コート内のプレイヤー6名は、障がいのある方(HP ハンディキャッププレイヤー)と障害のない選手(AP アドバンテージプレイヤー)で編成します。
 - HP 3名から4名
 - AP 2名から3名

※APは、HPの関係者、家族で大人でも可とし、年齢を問いません。
 ※全員健常者、全員障がい者など、その場に合わせて楽しむ工夫をします。
- (3) 自分のチームの人数が不足している場合は、その場で「助っ人」の参加を要請します。
- (4) 同一選手は2回までボールを打てる。(はばたきジュニア交流大会などでは、同一選手が何度ボールを打っても良い。但し、連続して打つのは反則とする。)

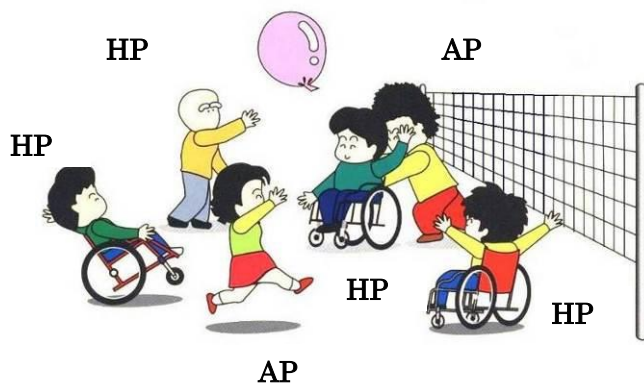


図1-1 チーム編成例

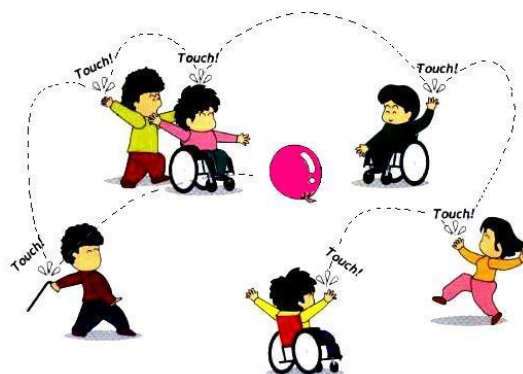


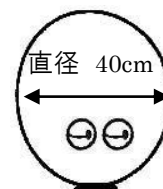
図1-2 全員ボールを打つ

2. コート・ボール・チーム

- ① バドミントンのダブルスコート(6,1m×13,4m)で、ネットの高さは(1,55m)、サービス(アタック)ラインは1,98mとします。(全国大会ルールは、アタックライン 2.5m)
- ② 直径約40cm(円周約126cm)で丸く膨らましたふうせんに鈴2個入れた物を使います。

視覚障がい選手がいる場合には、両チーム合意の上、緑色、紺色のふうせんを用意し、コートで見やすい色を選択する。

(全国大会は、2寸6分丸ピンク色、結び目は、幅5cmテープで固定する。)



3. 試合と勝敗

- ① 1セットマッチで、コートチェンジ無し。
- ② 試合時間は、原則として5分から10分。(はばたきジュニア大会は、10分。全国大会は、予選リーグ15分、決勝トーナメント20分、)
- ③ 得点は、ラリーポイント制でサーブ権に関係なく加算され、15点先取で勝ち、もしくは、試合時間終了時に点数の多いチームが勝ち。
- ④ ゲームを棄権もしくは、試合途中で棄権した場合は、0対15で負けとします。



- ⑤不戦勝チームは、0対15で勝ちとします。
- ⑥決勝戦のみ、同点の場合、延長戦を行う。最初に1点先取したチームが勝ち。

4. チーム編成

- ①チーム編成に人数制限は、ありません。
- ②コート内の人数は、6名
 - a. 障がいのあるプレイヤー(ハンディキャッププレイヤー HP) 3~4名
 - b. 障がいのないプレイヤー(アドバンテージプレイヤー AP) 2~3名
- ③各チームのハンディキャップレベルは、特に問わない。(ハンディレベル補足参照)
- ④ゼッケンのつけ方は、自由とする。(全国大会は、奇数がHP、偶数がAP)
- ⑤競技者のポジションは自由とし、交代は何度でも行えます。

【ハンディレベル補足】

ハンディキャップレベル HL(1チーム、18点以内)を目安とするが、チームのハンディレベルの確認に使用します。大会への参加資格やチーム編成の基準としては使用しません。

ハンディレベルは、障害者手帳(身体障害者手帳、精神障害者保険福祉手帳、愛の手帳)の有無や障害の度合いではなく、プレーを基準に決めます。

- レベル・1 自力でボールを追えなくて、当てるような打ち方しかできない。ルールを理解できない。
- レベル・2 ボールを追うことと、打つことに、部分的サポートが必要
- レベル・3 ほとんど自力で移動、打つことができる。
- レベル・4 プレーに支障がないAPとHP

5. 進行

- ①試合前、キャプテン(監督でも良い)は、主審にオーダー表を提出します。
- ②主審の指示により、サービスラインに沿って並びます。主審の合図で挨拶。
- ③サーブじゃんけんでサーブ権を決めます。
- ④各チームは、ポジションにつき試合開始を待ちます。
- ⑤主審の合図で(呼笛シグナル “ピー”)でサーブを行います。(主審が笛を吹いた時からインプレー)
- ⑥主審の合図で(呼笛シグナル “ピーピー”)で試合終了。
- ⑦試合終了後は、主審の指示により開始時同様に整列し、両チームのキャプテンが得点を確認したうえで勝敗をコールし、挨拶をします。
- ⑧審判の合図で、両チーム、コートをはさんで握手し、試合終了とします。
- ⑨試合の裁定は、コートの主審が権限を持ちます。
- ⑩作戦タイムは、ありません。(全国大会は以下参照)
- ⑪なんらかの要因で試合を中断する場合は、キャプテンもしくは監督が、主審に合図します。プレー中断中も時計は、止めず試合時間とみなします。

プレイヤー転倒などによる救護。

車椅子パンクなど装着備品の補修、交換

その他

【参照:全国大会作戦タイム】

>作戦タイムは、キャプテンの申し出で1回(30秒以内)限りとることができます。



ただし、試合の残り時間が5分以内は原則として、作戦タイム及びメンバーチェンジはできません。
 >やむを得ない場合は、試合時間内で1分間のメディカルタイムをとることができる。

6. サーブ

- ①サーブは、主審の笛の合図で行います。
- ②サーブは1本目を失敗しても、2本目を打つことができます。
 (1本目失敗後の選手交代は、原則としてできません。)
- ③サーブは得点に関係なく1回で交代し、チーム交互で行います。(サーブ交互制・2015年より協会ルールでも採用。)
- ④サーブは、予め決めた順番に行います。(全国大会は、ゼッケン順に行います。)
- ⑤サーブは、ボールを手より上に15センチ以上、トスアップし行います。(HPは配慮する。)
- ⑥サーブの空振りは1打とします。(HPは配慮する)
- ⑦サーブは、サーブ体制の後ボールが手から離れたのち中止しても、1打とします。(HPは配慮する)
- ⑧APはサービスラインの後方(打つ時と、打った直後もライン内でプレーすること。)から、HPは任意の場所から行います。(全国大会は、軸足がライン内にあれば、反則になりません。)
 ただし、HPでも打ち込みのできるプレイヤーは、サービスラインの後方からサーブを行います。
 車椅子のプレイヤーは、任意の場所からプレイできます。
- ⑨HP(HL3のスタンディングプレイヤーを除く)は、同チームの選手からトスのアシストとサーブ後に1打のアシストを受けることができます。また、ボールを投げ入れても構いません。
- ⑩ネットインはOK。(2018年3月4日協会理事会で変更承認となる。)

7. アタックと判定

- ①ボールを打った位置からボールが下に向かって進んだ場合、HPかAPかに関わらず、すべてアタックと判定します。
このルールは、とても重要です。審判は、要注意です。
- ②また、ボールに回転を与えて、一度上がって落ちるようなドライブのかかった打ち方もアタックと判定します。
- ③ただし、明らかにチョコンと当てるような弱い打ち方は、フェイントと判定し、ボールが下方方向に向かっても、アタックとは判定しません。
- ④アタックは、アタック(サービス)ライン後方から打たなければなりません。
 ただし、HPの場合のみ、ドライブアタックは、打点がネットより下の場合に限り、アタックラインの前から打ってもよしとします。

8. 反則

- ①ダブルフォルト サーブを2本とも失敗した場合
- ②ナットオール チーム全員がボールを打つ前に、相手コートに返球したとき
- ③オーバータイムス ・10回以内に、相手コートに返球出来なかったとき
 ・同じプレイヤーが、3回ボールに触れたとき
- ④ドリブル 同一プレイヤーが連続2回ボールに触れた場合
ただし、サーブやアタックの第一レシーブのドリブルはとりません。(2015改訂)
- ⑤ホールディング ボールを持ったり、運ぶようなパスをした場合



- ③オーバーライン アタックとサーブの時、アタック(サービス)ラインを踏んだり、打った直後、ラインを越えてアタックやサーブをした場合。上肢に障がいの少ないスタンディングプレーヤーも対象となります。
- ④ジャンプアタック ジャンプして、サーブやアタックをしたとき
- ⑦オーバーライン アタック(サービス)ラインを踏んだり、越えてアタックやサーブをした場合
上肢に障がいの少ないスタンディングプレーヤーも対象となります
- ⑧フットボール APは、膝から下に触れたり、蹴ったりしたとき。HP は、全身どこで打ってもかまいません。
- ⑤ナットパス HP へ故意に当てるようなパスをした場合、及びサーブのアシストとして HP の頭上から落とすパスの場合
- ⑩タッチネット ネット(ネット部分の支柱含む)に身体の一部及び補助具が触れた場合
- ⑪オーバーネット 身体の一部がネットを越えてボールに触れた場合
- ⑫ファウルタッチ 補助具で故意にボールを打った場合
- ⑬インターフェア 相手選手のプレーを妨害又は、威嚇・示威・人身攻撃した場合
(審判に対しての暴言なども含む)
- ⑭テクニカルファール(1)主審の許可を受けないで監督やコーチ・交代選手がコート内に入った場合
(2)不当なタイムアウトを要求した場合
(第1と第2サーブの間、2回目のタイムアウトなど)
(3)明らかに遅延行為と思われる場合
- ⑬、⑭・・・1回目注意、2回目以降反則
(反則の回数は、チーム全体としてカウントされ、2回目以降は相手に得点が入ります。)
※補助具(車いす、杖等)にボールが当たっても1打とはなりません。
- ⑮ドリブル・ホールディング・オーバーライン・タッチネット・オーバーネットなどは、バレーボールと同じです。
- *HP には、できるプレーを判断して、ファールをジャッジします。

9. その他

《アウトオブバウンズ》

- ①ライン上のボールのイン・アウトの判定は、**真上から見て、ボールの一部がラインにかかっている場合はイン、完全に離れた場合のみアウトとします。**
ふうせんは、大きいので、見る角度が少しでも異なると、イン・アウトが異なって見えます。あくまでも、線審、最終的には主審の判断に従う事。
- ②コート外の床、人、物にボールが触れた場合
- ③隣接コートやネットの延長線上に、ボール及びプレーヤーが触れた場合
- ④ネットより下のポールにボールが当たると、アウトとなります。ネットとポールに同時にボールが触れた場合は、アウトとはなりません。

《マーカー外アウト》

ボールを相手コートに返す場合、ポールの延長線上の内側(マーカー内)を通過しなければなりません。

イン・アウトの判定は、ボールの一部がポールの延長線上にかかっている場合はイン、かかっていなければアウトとなります。



《ノーカウント》ボールが割れた場合

(ただし、ボールが床あるいはコート外の人・物に当たって割れた場合は、通常の判定を行う)

- ①ボールが空中で割れた場合や、判定不能の場合
- ②その他やむを得ない理由で競技が中断した場合
- ③ノーカウント後のサーブ

(1)1本目のサーブでノーカウントになった場合のサーブは2本

(2)2本目のサーブでノーカウントになった場合のサーブは1本

《Bアタック(ブラインドアタック)》

全員がボールに触れた後、視覚障がいの HL1のプレーヤーがボールを捕球した時点で、試合を一時中断し、アタックラインの後方に移動し、アタックをすることができます。

主審は、捕球した時点で「Bアタック」とコールします。

《2人のプレーヤーによるプレー》

味方の2人が同時にボールに触れた場合、それぞれが一打ずつ触れたとみなし、合計2打とカウントします。

その後、どちらかのプレーヤーがボールに触れてもドリブルとはなりません。

参考: 全国大会のハンディレベル(HL)の判定基準

- ★ 基本的には、障がいがあるためにボールを追ったり、打つ動作に全面的介助が必要な人をレベル1、部分的介助が必要な人をレベル2、単独プレーが可能な人をレベル3、障がいのない人をレベル4とします。
- ★ ハンディレベル(HL)1~3の人を『ハンディプレーヤー(HP)』、レベル4の人を『アドバンテージプレーヤー(AP)』とし、チーム構成やルール適応の基準とします。
- ★ 試合中にいて、選手のハンディレベル(HL)がわかるように、名札を色分けします。
HL1・・・赤 HL2・・・青 HL3・・・黄 HL4・・・緑

1. 四肢機能による判定基準

- ① 自力でボールを追うことが困難で、かつ、当てるような打ち方(ボールコントロール不能)しかできない程度の人を『レベル1』とします。
- ② ボールを追うことと打つことに部分的介助が必要な人を『レベル2』とします。
考え方としては、全介助のレベル1でもなく、ほぼ単独プレーが可能なレベル3ほどでもない人は、すべて『レベル2』とします。
- ③ ある程度自力移動が可能で、自ら触れることも可能な人を『レベル3』とします。

2. 視覚による判定基準

- ボールを確認できる距離によってレベルを分けます。
ボールを確認できる距離 レベル1 1m以下、レベル2 3m以下、レベル3 3mを超える

3. 判断能力の障がいによる判定基準

- 介助の必要な度合いによって判定します。

メンバーの指示が通らず、ルールなども理解できない人	レベル1
メンバーの指示やアシストがあればプレーできる人	レベル2
自分でプレーできるが、判断能力が遅れている人	レベル3

4. 聴覚による判定基準

- 聴覚に障がいのある方は『レベル3』とします。

(注)全国ふうせんバレーボール大会のルールは、日本ふうせんバレーボール協会 2015年3月8日改訂版を参考にしています。

以上



参考2: 審判ジャッジ早見表(はばたきジュニア交流大会基本)

1. ルール基本



AP(アドバンテージプレイヤー)障害のない選手

HP(ハンディキャッププレイヤー)障害のある選手 「車椅子」や「ルールを理解できない選手」など

- ①チーム全員がボールを打った後、10回以内に、相手コートに返球する。(見直す)
- ②一人の選手が何回ボールを打っても良い。但し、連続はドリブルとして反則(通常ルールは、ドリブル)
- ③サーブは、得点に関係なく1回で交代し、チーム交互で行う。
- ④サーブは、ゼッケン順に行う。(通常は、ゼッケン無しで、予め決めた順番)
- ⑤サーブおよびアタックは、アタックライン(サーブスライン)の後方から。

HPは、任意の場所から行えます。ただし、打ち込み(強いボール)のできるプレイヤーはAPと同様。
車椅子のプレイヤーは、任意の場所からできます。

※強いボールやアタックの判定(審判要注意事項です)

ボールを打った位置からボールが下に向かって進んだ場合、アタック、強いボールとみなす。

上がってから落ちるドライブサーブ、アタックは強いボールと見なします。

チョコンと当てるような弱い打ち方は、フェイントとしアタックと判定しない。

○風船が割れた場合。床に落ちた時点で割れた場合は、インとみなす。打ったとき、空中、ネットに当たって割れた場合などは、ノーカウントとし、サーブからやり直す。

○風船を上からみて、ラインに少しでもかかっている場合は「イン」、完全に外れている場合「アウト」。

○補助具(車椅子、杖等)にボールが当たっても1打とにならない。

2. 試合の流れと進行

①ジャッジは、素早く。集合・サーブ・終了は、しっかり笛を吹いて試合にメリハリをつける。

②素早くジャッジし、得点したチームを手で示しながら「ポイント」とコールする。



笛: ピーピーピー

整列・挨拶・試合開始

笛: ピー

1本目: 笛と同時に手のひらを動かす。2本目: 指を一本たて、「残り一本」とコールし同じ動作

サーブ イン



笛: ピーピーピー

試合終了



整列・点数勝敗コール



握手を促す・解散



ノーカウント



メンバーチェンジ



2. 主な反則

HPIには、やさしく。主審ができるプレーを判断して、ファールをジャッジする。反則笛(ピー)

APIには、しっかりジャッジすること。



全員ボールを打つ前に返球した。

ネットオール



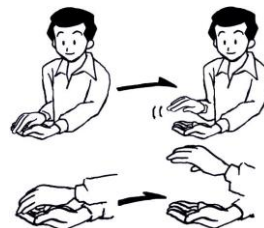
規定回数以内に返球できなかつた。

オーバータイムス



アタックラインを踏んだりオーバーした。

オーバーライン



ジャンプアタック・サーブ



同じプレイヤーが連続2回ボールに触れた。

ドリブル



同じプレイヤーが3回ボールに触れた。

ジュニア大会 OK

オーバータイムス



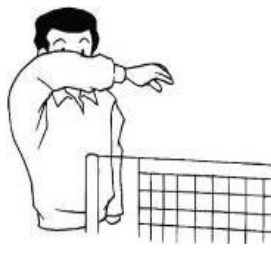
ネットパス

H P に故意に当てるようなパス。



ボールを持つ、運ぶ

ホールディング



オーバーネット・タッチネット



コート外の床以外の人や器具に触れた。

アウトオブバウンズ



イン



サイドアウト



線審・イン



線審・アウト



線審・マーカー外



線審・ワンタッチ



参考3:「笑顔のふうせんバレーボール™体験」確認シート例

団体名							
責任者	団体責任者						
	当日責任者				電話		
	連絡窓口	メールアドレス:					
教室日時	2014年 月 日(): ~ :				準備開始	: ~	
場 所	住所・電話番号:						
	URL:						
	□体育館 □会議室:バドミントンコート			面	コート □有り □簡易ネットなど	□不要	
目的目標	目的						
	目標						
参加人数	親子で 名(組)						
参加者特徴	年齢層	~ 歳	心身能力				
	特筆事項						
貴団体サポーター	□なし		□あり(人数など: 名)				
ふうせんスタッフ人数・交通費など	名	講師	他	名			
	合計金額			支払い方法	□振込 □現金		
	貴団体の規定に従います。以下、目安でご検討ください。						
	講師:		円から	円、スタッフ1名	円~	円	
プログラム及びタイムスケジュール概要	13:00~準備	①コートセッティング ②ふうせん膨らまし ③点数表 ④他					
	13:30~	準備運動 ふうせんプールお好きにどうぞ!™					
	13:45~	笑顔のふうせんアタック!™ 2チーム(15人対15人)に分けて、10秒3回戦					
	休憩	休憩・水分補給					
	14:00~	簡易ふうせんバレーボール ①チーム分け「1チーム4名くらい」 ②サーブ練習 ③パス練習					
	14:15~	試合開始					
	適時休憩						
	14:50~	整理体操					
	15:00	解散・後片付け					
設 備	①バドミントンコート数	セット	②ネットの高さ	通常155cm			
	③点数表 ④ホワイトボード(チーム名決定や、試合記録を残す場合)						
	(注)プレー数を増やすのであれば、コートを追加する						
備 品	備品購入方法 □貴団体で準備する □当振興委員会で準備する						
	①2寸丸6分ピンクふうせん	円/個		個	合計	円	



	②鈴(冠無淵無) 円/個	個	合計 円
	③輪ゴムNo.16 以上のサイズを、ふうせんの数以上 (注)100 円ショップ、コンビニ、文具屋などで販売している、ご家庭で使用している輪ゴム。まれに、全く柔軟性の無いものがありますので、なるべくセメダイン社など GIS マークのもの。		
	④当振興委員会持参備品 電動ミニブロアー、ふうせん専用ゲージ、他		
	(注)ふうせんは、当振興委員会で代理購入も可能です。直接購入しても当振興委員会で購入しても、個数に限らず、宅配料金・代引きまたは振込料金などが加算されます。		
安心安全の確保及び保障	①体験会全体の、安心安全確保の役割は、貴団体にて対応願います。当振興委員会では、笑顔のふうせんバレーボール体験中の安心安全確保の配慮及び加入保険範囲内での保障とさせていただきます。 ②参加者にラテックスアレルギーの確認を行い、可能性がある場合には、医師もしくは父兄の同意書を受領しておくこと。 ③サポーターの方も含めて、動きやすい服装、着替えなど準備願います。 (注)当振興委員会の指導員は、「スポーツ安全保険タイプ C」に加入しています。		
取 材	少なくとも活動記録として取材を許可願います。 <input type="checkbox"/> 取材可 <input type="checkbox"/> 取材不可 1. 取材目的 ・交流会の楽しい様子と指導風景を記録する。 ・楽しく遊びながらも教育になり成長できる活動を知って頂く。 ・貴団体の、教育活動を広報する。 2. 公開内容と注意事項 (1)取材での注意事項 ・取材の事前確認を行い、どのような形でも記録されたくない方を確認する。 ・取材対象者の顔は、公開する場合に、本人と認識できないようにマスクングする。 ・取材されたくない方については、なるべく映らないように配慮することと、公開時の写真では、全身をマスクングする。 (2)その他、貴団体の取材規則に準じて取材させていただきます。 3. 公開方法 ・団体及び関係団体のホームページ、ブログ、Facebook、Twitter、紹介メールなど ・指導マニュアルでの紹介写真 ・教育、福祉関係の冊子・講演時での紹介写真 4. その他 公開時に、貴団体の名称を表記可能か教えて頂きますようお願い致します。		
インストラクター制度	笑顔のふうせんバレーボール™の地域普及のための「インストラクター制度」があります。興味ありますか？ <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない		
備 考			



“笑顔のふうせんバレーボール™”マニュアル閲覧方法の説明・注意事項など

1. 閲覧方法の説明

本マニュアルは、「電子書籍(ActiBook対応)」として閲覧することを基本としています。紙媒体、PDFもしくは、Word形式のデータを手入れしたい方は、以下にお問い合わせください。

お問い合わせ先:

厨川一仁(Kuriyagawa Kazuhito) 090-6947-3009

E-Mail: fusen.info@gmail.com または、kazuhito.kuriyagawa@smile-all.com

東京ふうせんバレーボール振興委員会

3. 閲覧費用など

現在、本マニュアルは、著者および協賛関係者のご厚意により、ホームページから、当面無料で閲覧することができます。

但し、予告無く有料対応となる場合がありますのでご了承ください。

笑顔のふうせんバレーボール™ホームページ

<https://fusenvb.webujp/>

4. 著者・協力者

○著者・編集者 厨川一仁(くりやがわ かずひと Kuriyagawa kazuhito)

○発行者 東京ふうせんバレーボール振興委員会

○発行管理及び協賛者 一般社団法人オールスマイル

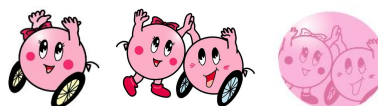
<https://smile-all.webujp/>

○ふうせんロゴデザイン「かでのちゃんなど」

かでの工房(北海道十勝) 仕事で役立つ似顔絵名刺

Tel/Fax: 050-3590-7320

info@kaderu.com <http://www.kaderu.com/>



米国著作権登録番号 TXu 1-927-237 (October28, 2014)

(c)Kazuhito Kuriyagawa 2009-2015 Printed in Japan

本書の無断転載、複製、複写(コピー)、翻訳を禁じます。