オーバルボール

【概　要】

卵型の楕円球であるボールを各チームが４個ずつスタートラインから中央の得点リンクに転がして乗せ，得点を競う競技である。

健常者から障害者まで年齢に関係なく，幅広く対応できるゲームである。

【場所と用具】

（１）場所は，体育館など室内で平らな場所を使用する。

（２）用具は，次のとおりである。

- ボール：卵型の楕円球で赤，白，緑，黄の４色でそれぞれ４個ずつ使用する。
- 専用カーペットと得点ボード：中央に四角な得点リンクを置き，四方向にボールを転がす専用カーペットをつなげて配置する。

【競技方法】

（１）チームの構成

１チーム４～５人程，４チーム（２チームでも可）で競技を行う。

※ボール（赤・白・緑・黄）は，１チーム１色とする。

（２）進め方

・最初の順序は，ジャンケン，くじ引き，コイントスなどで決める。

※最初は，赤レーン・赤ボールから始める。

・各チームが時計回りの順に，それぞれ１球ずつ転がしたら，次の人が同じように１球ずつ転がす。

・これを繰り返し，４球ずつ１６球が転がし終えたら１回終了となり，得点を計算し１回戦を終える。

※転がし終えたボールは，最後の１球を転がし終えるまでそのままにしておく。

※転がし終えたボールが，他の移動球によって移動してもそのままにしておく。

・２回戦は，競技者を交代し１回戦同様に競技を行う。

※順序は，前回得点の最も多いチームから始め，以下順次時計回りに競技する。

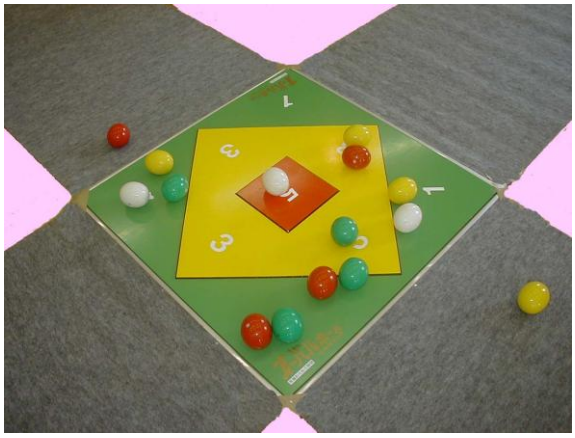
得点が同じ場合は前回の順序にしたがい開始する。

・これを４～８回繰り返して，１ゲームとし，得点の多いチームが勝ちとなる。
・次のゲームは，スタート位置を変えて行う。
・技能等に応じて，内側のラインから転がすようにしてもよい。

（３）得点の数え方。

・得点リンクは，中央の赤の部分が５点，黄色の部分が３点，外側の緑の部分が１点として，チームごとに全部のボールの点数を合計する。

・ 得点の計算例



白の得点　　５＋１＋１　　＝７点
緑の得点　　３＋１＋１＋１＝６点
赤の得点　　３＋１＋１　　＝５点
黄の得点　　１＋１　　＝２点

（４）競技の戦略

・得点リンクの黄色の部分（３点圏）が一段高く，しかも正面から見て菱形になっていることを考えて転がすのがポイントである。中央よりも右側にいけば右に曲がりやすく，左側にいけば左に曲がりやすくなる。
・すでに得点圏上にある相手の楕円球を落とすことも戦略の一つである。
・転がしたボールが相手コートに入り，相手の妨げとなることもあるが，作戦的にこれを行うことは難しい。

（５）ボールの転がし方

・ボールは転がすのが基本であり，投げてはならない。
・長径を転がす場合，動き方がコロン・コロンという感じではあるが，比較的安定して転がり得点圏に乗りやすい。
・短径を転がす場合は，速い回転を与えることができ，相手ボールを弾き飛ばすときなどに有効である。
・長径，短径の中間の角度で転がす場合のは，難しい転がし方ではあるが，直線的に転がりやすい。

（茨城県ニュースポーツ協会「ルールハンドブック」より）

オーバルボールスコアカード

チーム名	1回戦	2回戦	3回戦	4回戦	5回戦	合計
（赤）						
（白）						
（緑）						
（黄）						