

※ プレールボールのルールについて

○ 全時共通

【ルール】

- ・コート内には3人。
- ・1人1回ボールを触り、3回で相手コートに返す(三段攻撃)。
- ・サーブは、相手を取りやすいように投げ入れる。
- ・1人1回ずつ触ってから返球する。
- ・パスを回している途中、コートの外でバウンドしたらミス。(コート内でバウンドしたものを外で打つのは可)
- ・サーブ・アタックがノーバウンドでコートの外に出たら相手側の得点
- ・ローテーションは取り入れない。各ポジションは、チームで話し合ってその都度決めてよい。

【得点】

- ・得点×得点者数=合計点

○ 第1時(プレールボールのルールを知る)

～第2時(返球する動き)

【ルール】

- ・1人目: キャッチし、バウンドさせてパス。
- ・2人目: キャッチし、バウンドさせてパス。
- ・3人目: キャッチせず、パスされたボールをプレール(もしくはパー、片手、両手)で、自陣でバウンドさせて相手コートに返球する。

○ 第3時(味方にパスをする)

～第4時(ボールを持っていないときの動き)

～第5時(簡単な規則の選択)

～第6時(チームに合った作戦の選択)

～第7時(まとめ)

【ルール】

- ・1人目: キャッチせず、パスされたボールをプレール(もしくはパー、片手、両手)で、自陣でバウンドさせて2人目にパスする。
- ・2人目: キャッチし、バウンドさせてパス。
- ・3人目: キャッチせず、パスされたボールをプレール(もしくはパー、片手、両手)で、自陣でバウンドさせて相手コートに返球する。

※ 第5時について(簡単な規則の選択)

- ・コートの広さを広くする、狭くする
- ・ボールを選択できるようにする
- ・ネットの高さを高くする、低くする

など、児童に選択できるようにする。