

ミニホッケー

人数	1 チーム 6 名以内（2 チーム）
用具	・プラスチック製スティック 2 チーム分 1 2 本 ・ボール(プラスチック製で中空) 6 個 ・ゴール（縦・横約 1 m、奥行 45cm 1 セット 2 個）2 セット ・プレイガード 12
プレーの方法	・1 チーム 6 名以内でスティックを操り、ボールを相手チームのゴールに入れば得点となる。 ・コートは縦・横それぞれ 1 5 m x 1 0 m 程度で自由に設定する。 ・コートからボールが出た場合や反則の場合、その地点から相手チームのフリーストロークとなる。 ・スティック以外に、手・足等を使いボールを動かすことは反則となる。 ・スティックを肩より上にあげること、相手の体にぶつかることも反則となる。 ・1 ゲームの時間は 5 - 1 0 分くらいに設定し、より多くの得点を挙げたチームが勝ちとなる。 ・特別支援学級の生徒等がプレイを希望する場合は、競技者の体力・運動能力等を考慮し、コート面積の縮小・ゲーム時間の短縮・補助的な手足の使用可能等のルール変更の工夫が重要となる。 ・当ゲームの実施を希望する場合は、活動場所・必要用具数等を別途予約の上、社会教育セクションにご連絡ください。

ネオホッケー(旧:ユニホック)

ネオホッケー(旧:ユニホック)とは

プラスチック製のスティックと、プラスチック製でスピードの出にくいボールを使うミニホッケーの一種です。

6対6で、体育館でゲームを行います。

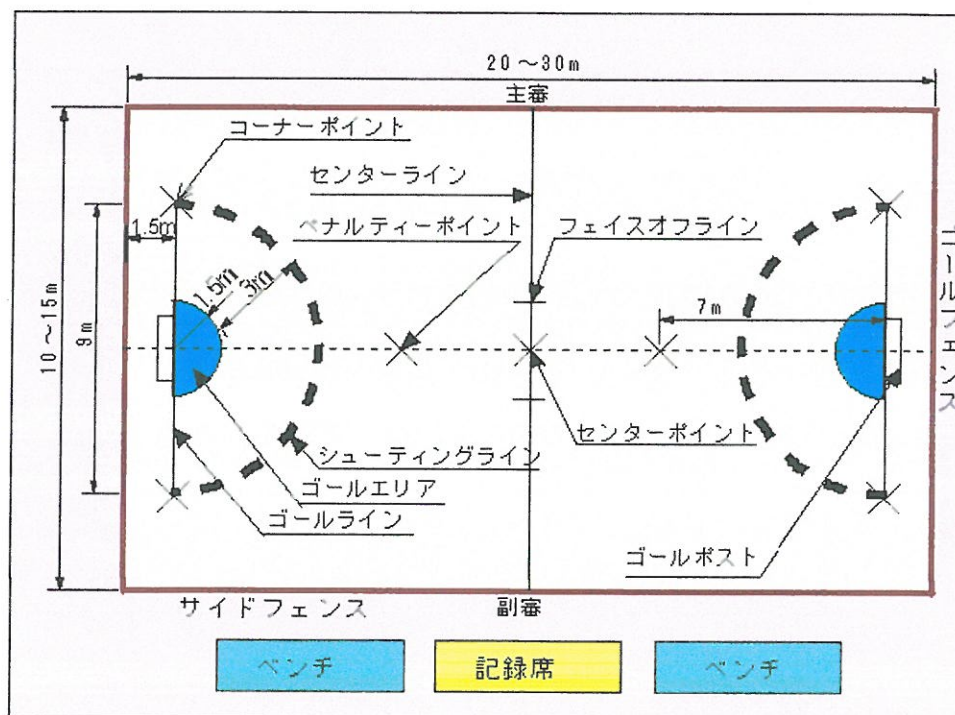
スティックでボールを打ち合い、相手のゴールに入れて得点を競うという、とても分かりやすい競技です。

コート

体育館にコート进行します。コートサイズは、縦20~30m、横10~15m程度です。

コートを複数設営する場合や、参加者が小学生の場合は、15m×10m程度のコートにすることもあります。

競技会では、高さ30cm程度のフェンスでコートを囲います。



上記の図面は、[長野県体育センター](#)の[ニュースポーツ資料](#)からの抜粋です。なぜ[神奈川体育センター](#)でないのかと言いますと・・・単に、見つからなかったから。

用具

- ・スティック
- ・ボール



Powered by
スポーツ推進委員協議会
ム 閉じる

外部リンク

[日本フロアボール連盟](#)

[茅ヶ崎ネオホッケー協会](#)

・ゴール

プラスチック製の**スティック**:長さ80～100cm

同じく、プラスチック製の**ボール**:直径7.2cm 重さ20g(↓)



(←)**ボール**だけ、アップ。

中空で、穴が開いているため、スピードが出にくくなっています。

ゴール

サイズは、幅105cm, 高さ90cm, 奥行き45cmです。

ちなみに、写真のゴールは元ユニホック協会会長のお手製！！

2015年度よりゴールのサイズが一回り大きくなります。



この他にも、キーパー用の**フェイスマスク**もありますが、普及競技会では義務付けられていません。

また、競技会の際には、**ゼッケン**をつけます。

ゲームの進め方

1ゲームは7分×2セット、もしくは10分×1セット。1チームは6人。

1. フェイスオフによるスタート
チームの代表者同士が、センターポイントに置いたボールを主審の合図で取り合います。
2. ゴール後
ゴール後も、フェイスオフにより競技を再開します。
3. 競技の中断と再開
ボールがコートの外に出た場合や、ファールがあった場合、その地点から3m以内の位置でフリーストロークが行われます。どちらのファールか不明な場合は、その地点でフェイスオフを行います。
4. シューティングエリア内のファール
シューティングエリア内でファールがあった場合は、攻撃側、守備側で再開場所が変わります。
 - 守備側の反則であった場合は、攻撃側は、シューティングラインの外側からフリーストローク
 - 攻撃側の反則であった場合は、守備側は、反則のあった地点から3m以内の位置でフリーストローク

ルール

安全性を重視するため、厳しめのルールがあります。

- 手や足、体を使ってボールをコントロールしてはダメ
- スティックを振り上げてはダメ
- コート内にスティックを落としてはダメ
- コート内に寝転んではダメ → これは転んでもアウトです
- ボール以外の方向から、相手のスティックを打ってはダメ
- 相手の後ろから、相手にスティックを差し込んでダメ
- 相手にぶつかってはダメ

それ以外にも、ゲーム性を高めるためのルールもあります。

以下、反則(ファール)の一覧です。

キッキング・ザ・ボール	ボールを足で蹴ったり、踏んだりすること。
ハッキング・ザ・ボール	空中のボールを手または腕で止めること。動きながらボールに当たること。
ハイ・スティック	スティックのブレード部分を膝より高く振り上げてプレーすること。
クラッシング	スティックで相手プレーヤーのスティックを故意に打って妨害したり、押さえたり、持ち上げたりすること。
シャフトボール	膝より上のボールをスティックのシャフトで操作すること。
スローイング・ザ・スティック	スティックを故意に投げたり、落としたりすること。
スライディング・ストローク	手や膝を付いたり、寝そべってプレーすること。

チャージング	相手チームのプレーヤーに対して、蹴る、掴む、押す、タックルするなど身体に接触すること。また、スティックで叩いたり引っ掛けたりすること。
ダブル・ストローク	フリーストロークまたはペナルティストロークをしたプレーヤーが2度続けてボールに触れること。
ステップ・イン・オフense	足などが、相手チームのゴールエリアに踏み入ったりすること。
ステップ・イン・ディフェンス	足・手などが、見方チームのゴールエリアに踏み入ったりすること。
スティック・イン・ゴール	スティックを相手ゴール内に入れてプレーすること。
プッシング・ザ・ゴール	ゴールポストを動かしたり、握ってプレーすること。
オーバー・ザ・ライン	ペナルティストローク時、ボールがゴールラインを通過またはゴールポストに当たる前にプレーヤーが前方に飛び出すこと。
オーバー・ザ・タイム	フリーストロークまたはペナルティストロークを行うプレーヤーが、笛の合図から3秒以上経過してプレーすること。
オブストラクション	その他、危険な行為および審判に暴言を吐くなどの行為。

競技風景・・・ではなくて、遊んでいる風景



体力があり余っている中学生は、休憩時間も、キーパー練習やシュート練習をして遊んでいます。

茅ヶ崎市スポーツ推進委員協議会

[Powered by FC2ホームページ](#)