

私立!

ポッチャ学園



ポッチャかんたんルールブック

※当ルールブックは初心者・レク想定に編纂されたものです。極めて難しいルールは省略・簡略化してあります



ズバリ！ポッチャとは？

「白球に近い方が勝ち」という球技だよ



赤の勝ち



青の勝ち

用具と名称



まずは何を揃えればいいの？

ボールさえあれば最低限プレーできるよ



用具名	重要度
ボールセット(赤6球、青6球、白1球)	必須
キャリパー (コンパス)	重要度高
メジャー	重要度中
審判パドル	重要度低

選手が使うもの



ジャックボール



カラーボール



ランプ※投げるのが難しい人向けの補助具

審判が使うもの



キャリパー



メジャー

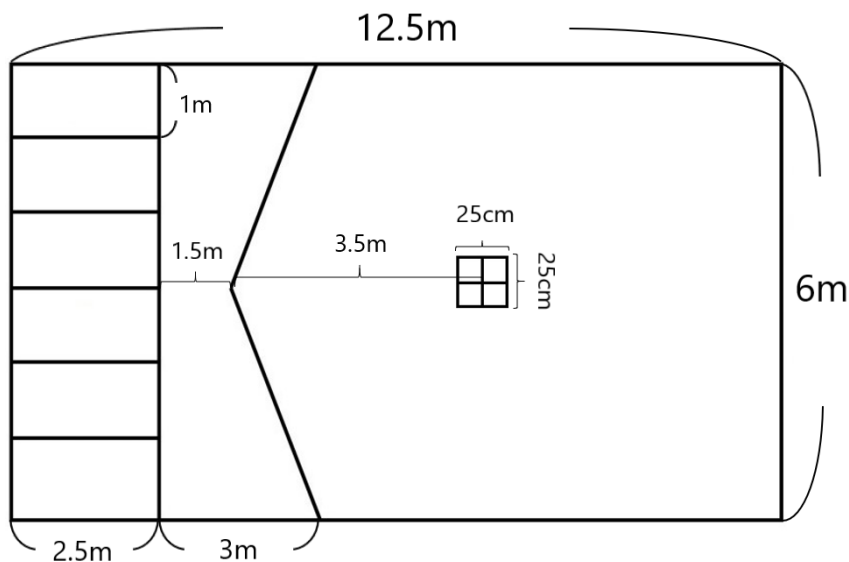


審判パドル

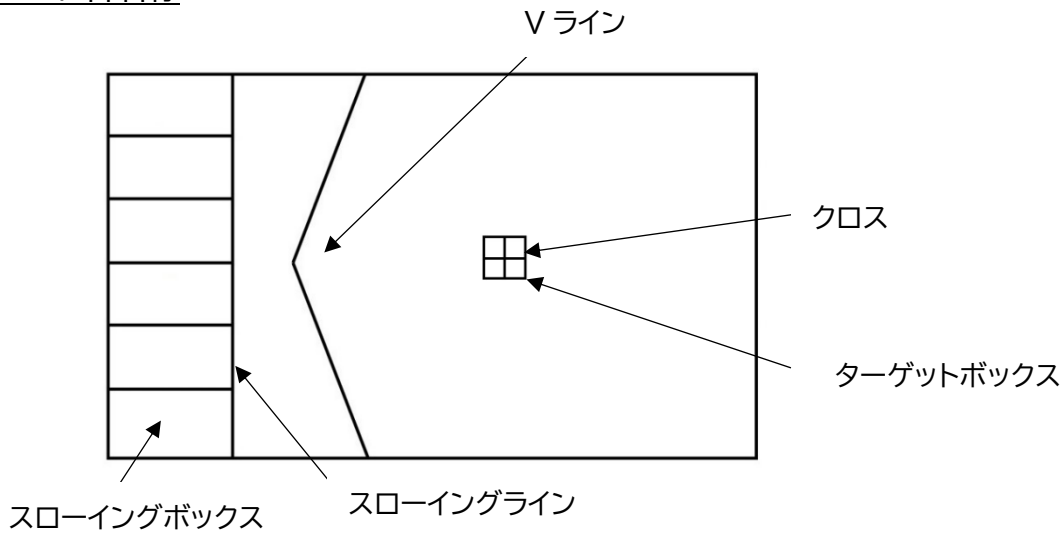


使い方は上のQRコードからご覧ください

コート



コート各名称



スローイングボックス	選手が投げる際に入るボックスのこと
スローイングライン	投げる際に車椅子車輪または足が越えてはならない線のこと※踏んで投げるのもダメです
Vライン	最初のジャックボール投球で越えるべきラインのこと※カラーボールは越えなくてもOK
クロス	十字マークのこと。コート外へジャックが出た場合はクロス中心に移動します。タイブレイク時、ジャックはクロス中心に置かれます。※タイブレイクはP.5 参照
ターゲットボックス	ペナルティスローで 사용되는田の字型のボックスのこと。 反則があった場合、エンド終了後にペナルティスローが行われます。ボックス内に入れば1点です



ペナルティスロー成功したことないです！

レクでやる場合は省略するなど工夫してね



スローイングボックスの番号



番号は何に使うの？

「3番ボックスに入ってね」など選手誘導の際に便利だよ



対戦形式

1対1の個人戦、2対2のパア戦、3対3の団体戦があります



1対1

(赤は3番、青は4番に入る)



2対2

(赤は2番と4番、青は3番と5番に入る)

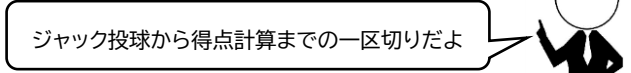
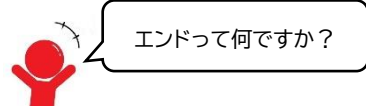


3対3

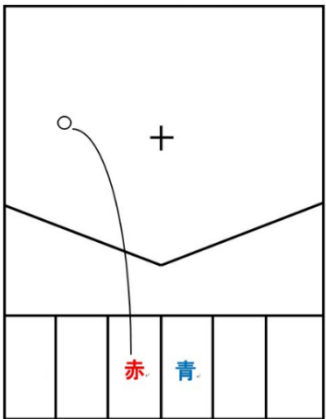
(赤は1,3,5番、青は2,4,6番に入る)

第1エンドの流れ

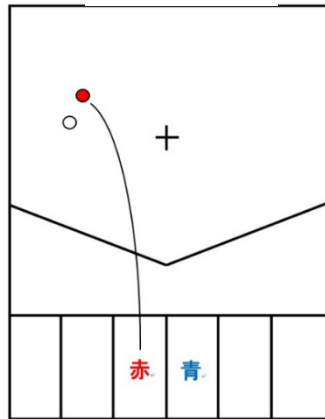
1. 選手を二つにわけ代表者（キャプテン）を決める
2. コイントス(又はジャンケン)で勝ったキャプテンは先攻か後攻かを選ぶ
3. 先攻は赤ボール、後攻は青ボールとなる
4. 赤はジャック投球を行い試合開始



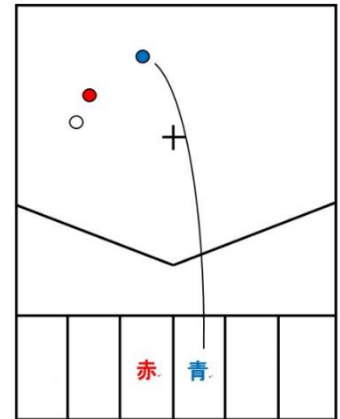
5. 赤のジャック投球



6. 赤の投球



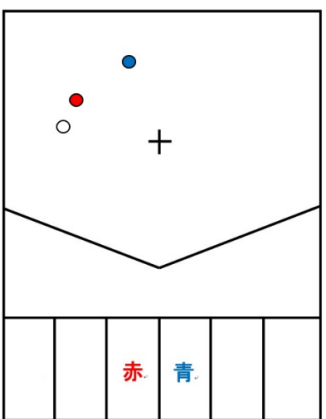
7. 青の投球



ジャックを投げた人が続けて投げます

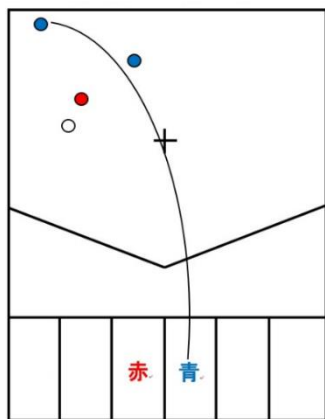
ペア, 団体戦時青の投球者は誰でも OK

8. 計測



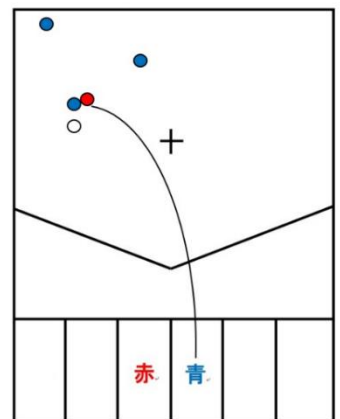
白に近い色を判定します
(この場合は赤が近い)

9. 白に近い青が投げる



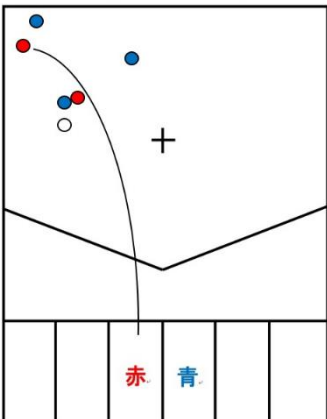
白に近い側が投げるのが
原則です

10. 攻守交代

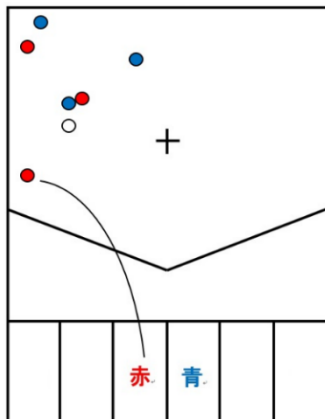


青が近づいたので攻守交代です

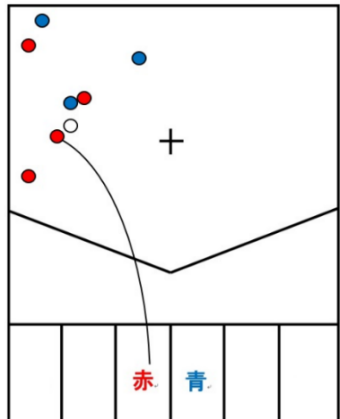
11. 赤の投球



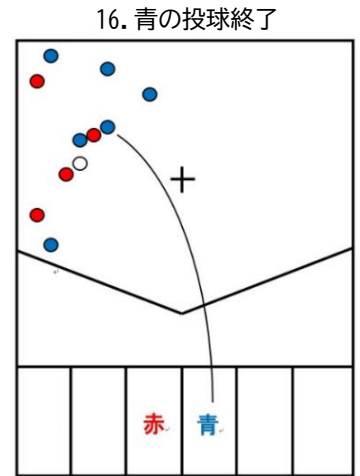
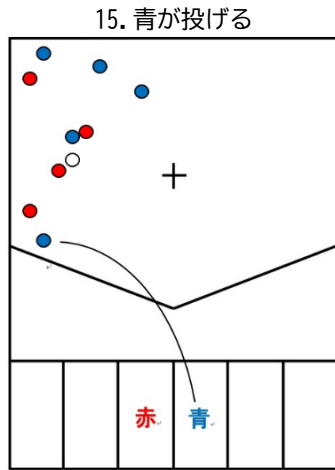
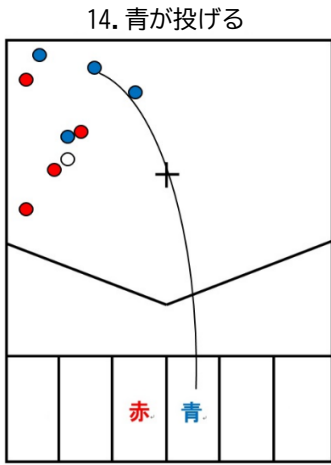
12. 赤の投球



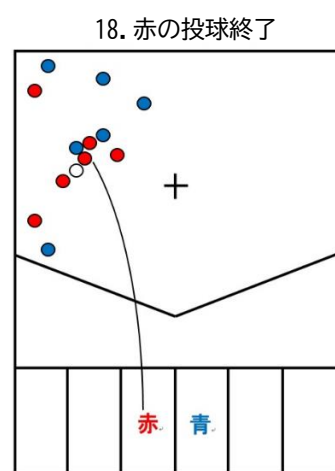
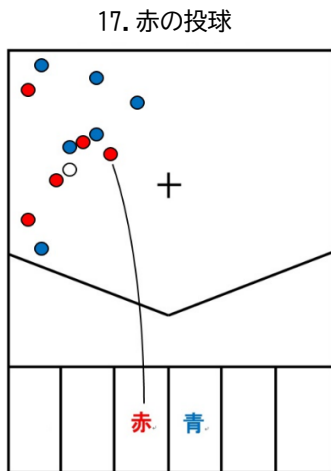
13. 攻守交代



赤が近づいたので攻守交代です



青は6球全て投げきったので終了



全球投げ終わったら得点計算をします



持ち球は全部投げるの？

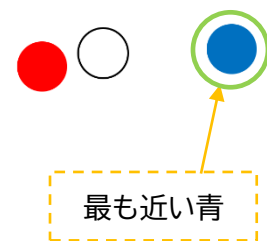
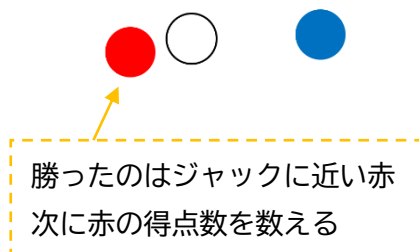


うん。互いに全球投げて終了だよ

得点計算の仕方

【手順①】 勝ったチームを判定する

【手順②】 ジャックに最も近い青を確認する

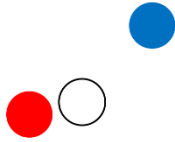


【手順③】 青より近い赤の個数を数える

【手順④】 近い個数に応じて点が入る



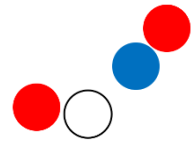
得点例



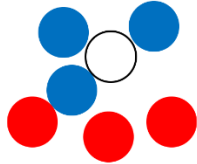
赤1点 青0点



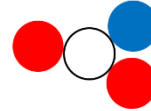
青2点 赤0点



赤1点 青0点



青3点 赤0点



赤2点 青1点

全て等距離のため赤青共に得点となる

第2エンド

第2エンドは青のジャック投球から始まります。以降は第1エンドと同じ流れです。

※ジャック投球は第1エンド赤、第2エンド青、第3エンド赤・・・と交互で代わります

試合方式

規定エンド（4～6エンド）行い合計得点を競います。

規定エンドは対戦形式により異なります

1対1・・・4エンド

2対2・・・4エンド

3対3・・・6エンド

例 4エンドマッチの場合

3対2で赤の勝ち

エンド	1	2	3	4	計
赤	0	0	1	2	3
青	1	1	0	0	2

タイブレイク

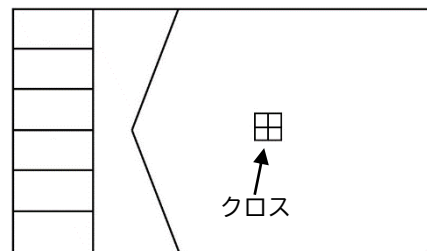
規定エンド終了し、同点の場合はタイブレイクを行います。

タイブレイク手順

- ① クロス中心にジャックを置きます。
- ② コイントス（又はジャンケン）で先攻・後攻を決めます。
- ③ 1エンド勝負を行います

※タイブレイクの結果は合計得点数に加算されません

※時間短縮したい場合は一球勝負にするなどアレンジしてください

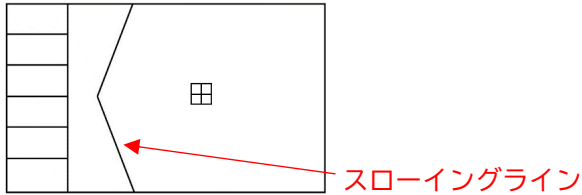


反則

※反則は主要なものを簡略化して掲載しています

【ラインクロス】

車椅子の車輪または足がスローイングラインを踏んで又は越えた状態で投げるとラインクロスとなる
投げたボールは没収となりエンド終了後に相手側にペナルティスロー1球が与えられる



【指示なし投球】

審判が指示する前にボールを投げた場合は指示なし投球となる
⇒投げたボールは没収となりエンド終了後に相手側にペナルティスロー1球が与えられる

【競技アシスタントの反則】

- ・ 試合中に選手へコーチングしたり、選手の指示とは違う動きをしたと審判が判断した場合
- ・ 試合中に振り返ってコート内を見た場合

⇒エンド終了後に相手側にペナルティスロー1球が与えられる

【ランプ選手の反則】

ジャック投球時、コート内にボールを確認し戻って投げる場合、ペナルティスロー、タイブレイク時はランプ先端をスイング（左右に振る）をすること。スイングを忘れた場合は投球時のボールは没収となる



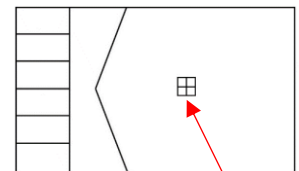
反則覚えられません！

ペナルティなしで注意のみなど緩和することをオススメするよ



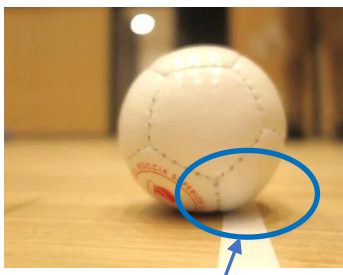
ペナルティスロー

ペナルティスローは反則があったエンドの最後に行われます。
選手は中央のターゲットボックスをめがけて投球し、ボックス内に入ったら1点です

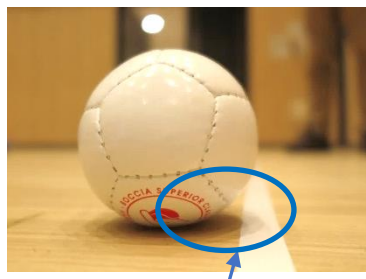


ボールのライン判定

ボールが線に触れた時点でアウトとなります。



線に触れているのでアウト



線に触れていないのでセーフ

よくある質問・ルール補足

Q. 自分のボールがジャックボールに当たっても良いのでしょうか？

A. はい。大丈夫です。

Q. カラーボールがコート外へ出た場合はどうなりますか？

A. アウトボールとなり無効球となります。

Q. ジャックボールが押されてコート外に出たらどうなるの？

A. ジャックボールはクロスに移動します。次の投球はクロスにあるジャックに遠い方が投げます。

Q. 最初のジャック投球でジャックボールがコート外へ出たらどうなりますか？

A. ジャック失敗となり、相手側がジャックを投げます。

Q. 最初のジャック投球でジャックボールがコート外へ出たらどうなりますか？

A. ジャック失敗となり、相手側がジャックを投げます。

Q. ジャック投球した後の一球目カラーボールがコート外に出ました。この場合はどちらが投げるの？

A. 再び同じカラーボールの投球となります。

Q. 1 エンド目で赤のジャック失敗が起こり青がジャックを投げました。2 エンド目のジャック投球は青がまた投げるのですか？

A. はい。2 エンド目も青のジャック投球です。ジャック投球は1 エンド目赤、2 エンド目青、3 エンド目赤、4 エンド目青・・・と交互に投げていきます。

Q. 青が投げて計測したら赤と同じ距離でした。次に投げるのは赤？青？

A. 青です。相手より近づくまで青の投球です。※等距離では相手より近づいたことにならない

Q. コート内にあるボールを審判が誤って動かしてしまいました。この場合はどうなりますか？

A. 元にあったと思われる場所に戻して再開となります。選手の同意が得られない場合はそのエンドはやり直しとなります。

Q. ボールの上に乗った場合の得点はどう判定しますか？

A. 上に乗った場合も「ジャックに最も近いボール」の個数に応じて点数が入ります。



ジャックに最も近いボール
(赤1点、青1点となる)

当冊子の印刷・配布について

非営利目的での配布・印刷はフリーです。みなさまの活動のお役に立ててください

【印刷されたい方へ】

ホームページから PDF データのダウンロードが可能です⇒



私立ポッチャ学園

検索



レクリエーションルールについて

私立ポッチャ学園作者が作った one ポッチャ(ワンポッチャ)なる簡易ルールがあります。

大会運営コストを半減、子どもや知的に障がいがある人、体力に自信のある人も満足できるようルールをアレンジしています。

審判負担を減らし、多くの方がプレーヤーとして参加できるようにしています。

ホームページがありますのでぜひご覧ください

one ポッチャルールはこちら



ホームページはこちら



レクリエーションポッチャ振興会

検索



-スポンサー広告-

ポッチャ専門店 ストライカスポーツ

STRIKA SPORT



どんなお店なのですか？



安く買えるのかな？

私立ポッチャ学園の作者が運営する専門店だよ



たまにセールもやってるよ



ショップへはスマートフォンで下の QR コードを読み取るか、ネット検索からお越しください



ポッチャ ストライカスポーツ

検索

