

ソフトバレーのルール

下記のルールは、日本バレーボール協会がソフトバレーボールのルールブックで定めたものです。ソフトバレーは初心者の子でもラリーを楽しむことを目的として生まれたものですから、初心者の多いチームのグループは、さらに易しいルールに変更する場合があります。

- ①得点はラリーポイントで、15点先取。2セット取ったチームの勝ち。
どのセットも17点までです。
3セット目は8点でコートチェンジします。
 - ②サーブ順はきまっていますが、フリーポジションです。
 - ③ブロックのときでも、オーバーネットはいけない。（背の高い人はとくに注意）
 - ④ドリブルやホールディングの反則は、ひどいときだけとる。
 - ⑤サーブをブロックしたりアタックしてはいけない。
 - ⑥ボールが支柱にあたって、プレーをつづけてよい。（アンテナだけに当たった場合はダメ）
 - ⑦作戦タイムは、1セットに2回とれる。（30秒×2）
 - ⑧メンバーチェンジは1セットに4回できる。
 - ⑨サーブは吹笛後すみやかに打つこと。
 - ⑩ボールをプレーしようとしていない時に、偶然に触れたタッチネットは反則とならない。
 - ⑪ブロックにさわったボールの回数は数えずに、それから3回以内に相手コートにボールを返す。
- その他の反則～サービス順の誤り、タッチネット、センターラインオーバー、オーバータイムスなど。

※ 1チーム4人です。

※ サービスラインは4年生以下がショートサービスラインからで、5年生以上はショートサービスラインから2メートルほど後方に設定します。