

令和8年度 白石町女子ソフトバレーボール交流大会 審判講習会

R8.6.9(火) 白石社会体育館

白石ソフトバレーボール愛好会

1 練習の準備

- (1) ネットを張る
 - ・ 高さ2m (コート中央で測定、-2cmまでOK、上も下もぴんと張る)
- (2) アンテナを立てる
 - ・ ネット上端から1m出るように、支柱の外側に床面に垂直に
- (3) ボールの大きさを測定
 - ・ 専用のメジャーで円周を測る (円周77~79cm)
- (4) 入念な準備運動 (特に、アキレス腱、ふくらはぎ、足首)

2 試合の準備と進行

※印は、本大会の特別ルール

- (1) 両チームキャプテンによるトス (ジャンケン) 《主審》
勝った方がサービス権かコートを選択
- (2) ラインアップシートを副審に提出 【第1図】 《監督、キャプテン》
各セットの開始前に提出
- (3) 両チーム合同で、公式練習 (※ 乱打1分程度) 《主審》
- (4) 全選手エンドラインに整列、挨拶 (中央で握手) 《主審》
- (5) スターティングプレーヤーのみラインアップシートの通りにコートに入る。
- (6) ラインアップシートと選手の位置を確認 《副審、記録》
- (7) 試合開始 サービス許可の吹笛 《主審》
- (8) 1セット終了後、選手をエンドラインに並ばせチェンジコート。 《主審》
- (9) セット間の休憩 (※2分間) 後、吹笛で選手をコートに入れる。 《副審》
- (10) ラインアップシートと選手の位置を確認 《副審、記録》
- (11) セットカウント1:1になった場合、再度キャプテンのトス (ジャンケン)
でサービス権かコートを決める。 《主審》
- (12) 3セット目は、8点でチェンジコート。(並ばずそのままの位置から) 《主審》
- (13) 試合が終了したら、全選手エンドラインに並んで挨拶。(握手) 《主審》
- (14) 結果承認のサイン 《キャプテン》

3 ラインアップシート の書き方 (選手の位置、ローテーション)

- (1) 選手4人をフロントのライトとレフト、バックのライトとレフトに配置。
- (2) 選手の位置
 - ① サーブが打たれる瞬間まで、フロント同士 (バック同士) の左右の関係、ライト側同士 (レフト側同士) のフロントとバックの前後の関係を守る。(アウトオブボジションの反則) ただし、対角の位置にある選手同士は関係なし。

・ フロントとバックの位置関係 【第3図】

・ レフトとライトの位置関係 【第4図】

② 選手の位置は、床面に接している両足の位置によって決定される。

③ サービスが打たれた後は、どのように移動してもよく、プレー上の制限はない。

(3) ローテーション

① サービスをレシーブするチームがサービス権を得た時、そのチームの選手は、時計回りに一つずつ位置を移動する。(ローテーション) 【第2図】

② ローテーション順は、スターティングラインアップシートにより決定され、そのセット中は変更できない。(メンバーチェンジによるメンバー変更は、可)

4 タイムアウト、選手交代

(1) タイムアウトは、1セットにつき2回まで。1回につき30秒間。

(2) 選手交代の回数は、各セット4回以内。(同じ選手と交代)

(3) 監督又はゲームキャプテンが、競技の中断中に副審に要求する。

5 得点、セット及び試合の勝者

(1) サービス権に関係なく点数が入るラリーポイント制。

(2) 最小限2点差を付けて15点先取したチームがそのセットの勝者。14:14の同点になった場合、2点リードに達するまで続行。ただし、17点で打ち切り。

(3) 3セットマッチで、2セット先取したチームがその試合の勝者。

6 プレー上の動作と反則

(1) サービス

① 1セット目と3セット目は、ジャンケンの結果、サービス権を得たチームが行う。

② 2セット目は、1セット目に最初にサービスを行わなかったチームから。

③ バックライトの選手から、ラインアップシートに記入された順に打つ。

④ サービスは1回。ネットインは、アウト。トスを上げた後、打たないと反則。

⑤ サーブを打った瞬間、あるいはジャンピングサービスをするために踏み切った時、ラインを踏んではいけない。(フットフォルト → ペネトレーションフォルト)

(2) ボールへの接触

① チームは、相手チームへボールを返すために、最大限3回プレーすることができる。(ブロックはカウントしない。)

② 同一選手は、連続して2回ボールにふれることはできない。(ブロックは除く)

③ ボールは、身体の中の部分にあたってよい。

(3) アタックヒット

- ① サービスとブロックを除き、ボールを相手に向かって送ろうとする全ての動作はアタックヒットと見なされる。
- ② サービスされたボールを全体がネット上端より高い位置にあるときに選手がアタックヒットを完了した時は反則。(アタック、ブロック、パスアタック)

(4) ブロック

- ① 4人の選手は、どの位置にいる時でもブロックすることができる。ただし、ボールが相手コート上にある場合に、ネット上を越えて、これをブロックすることは許されない。(オーバーネット) その基準は、ボールと手(身体)の接触点で判定される。 **【第5図】**
- ② サーブされたボールをブロックすることは反則。
- ③ ブロック後の第1回目の接触は、ブロックの時にボールに接触した選手にも許される。

(5) ボールインとボールアウト

【第6図、第7図】

- ① ボールが、ラインを含むコートの床に接触した時、ボールはインとなる。
- ② ボールがコートのラインの完全に外側の床に接触するか、コート外の物体に触れた時は、ボールアウト。
- ③ ボールが支柱に触れた時やネットとアンテナに同時に触れた時は、プレー続行可。

(6) ペネトレーションフォルト

- ① サービスの瞬間、サーバーはエンドラインを踏んではいけない。
- ② サーブが打たれた瞬間、サーバー以外コート内にいなければならない。
- ③ センターラインを完全に越えて、相手コートに触れた時。ただし、片方の足又は片方の手の一部がセンターラインに接触しているか、その真上に残っていれば許される。しかし、肘や膝、頭などの身体部分が相手コートに接触した場合は反則。

【第8図】

- ④ 隣接するコートに身体の一部でも侵入した時。

(7) タッチネット

- ① インプレー中に、ネットやアンテナに触れると反則。(ネット幅以外の支柱はOK)

7 審判員とその責務

※ チームからは副審1名、線審2名、点示員2名。

《主審》 (※ 主審は愛好会で)

(1) 権限

- ① 全ての役員と両チームメンバーに対して最高の権限を持つ。試合中、主審の決定は最終である。

(2) 責務

① 試合開始前

ア 競技場、ボール、用具等の点検 イ トス ウ 公式練習の統御

② 試合中 基本的にボールを追ってプレーヤーを見る

ア 不法な行為を注意。

イ 判定、吹笛 ◎ 吹笛は、大きく、はっきりと

- ・ サーバー、サービングチームのポジションに関する反則
- ・ プレー上の反則
- ・ ネット上方及びその上部に関する反則
- ・ ゲーム中、緊急にゲームを中断する時・・・隣からボールが入ってきた

③ 吹笛後のハンドシグナル 吹笛の後、大きく、ゆっくり

ア 得点を得たチームを示す

イ 反則の種類を示す

ウ 必要に応じて、反則した選手を示す

《 副 審 》

(1) 権限

- ① チームベンチの競技参加者を監視し、不法行為を主審に通告。
- ② タイムアウト、選手交代を許可。時間や回数をコントロールする。
- ③ 副審の責務以外の反則を確認した場合、ハンドシグナルのみで主審に合図。

(2) 責務

① 各セットの開始時、コート内の選手がラインアップシート通りかチェックする。

② 試合中、次の点に関して判定し、吹笛して合図する。

ア サービスの時、レシーブ側のポジションに関する反則

イ 選手が、ネットやネットの幅の支柱あるいは副審側のアンテナに触れた場合

ウ 相手コートへの侵入、ネット下方の空間で相手のプレーを妨害した時

エ ボールが副審側のアンテナに触れるか、その外側を通過した時

オ ボールが主審から見えない位置で外部の物体や床に触れた時

カ ゲーム中、緊急にゲームを中断する時（ボールの侵入等）

○ ボールは主審が追うので、特にネット回り・ネット下に注意

③ 吹笛後のハンドシグナル

ア 反則の種類

イ 反則した選手を示す

ウ 主審がサービスチームを示した後にサービスチームを示す

《 線 審 》

- 線審はネットに向かって左側、コートの両端から 0.5～1m 離れた位置に立つ。

- (1) エンドラインとサイドラインに関する判定。(サーバーのペネトレーションフォルトやボールのイン・アウト)
- (2) ボールがアンテナに触れたり、その想像延長線上を通過したり、その外側を通過した時(すべてボールアウト)に合図する。
- (3) 選手がワンタッチした時に合図する。

《 点示員 》

- (1) 主審のハンドシグナルに従って、速やかに点数を入れる。

8 監督とチームキャプテンの権利と義務

- (1) 監督及びチームキャプテンは、チームの規律について責任を負わなければならない。なお、コート上の選手の一人はゲームキャプテンでなければならない。

(2) 監督の権利と義務

- ① 監督は各セットの開始前にラインアップシートを提出する。
- ② 監督は、選手交代及びタイムアウトを要求することができる。しかし、選手としてコート内にいる時は、その権利を失う。
- ③ 監督は、いかなる場合でも審判員の判定に対して異議を申し出ることには許されない。

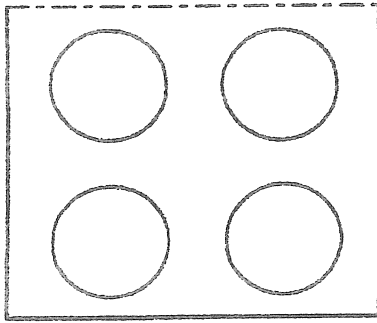
(3) チームキャプテンの権利と義務

- ① チームキャプテンは次のことを行う。
 - ア チームキャプテンは試合前、トス(及びサイン)を行う。
 - イ 監督が不在の場合、ラインアップシートを提出する。
 - ウ チームキャプテンは試合終了後、公式記録用紙にサインし結果を承認する。
- ② チームキャプテンは試合中、コート上にいる間はゲームキャプテンとして
 - ア 選手交代及びタイムアウトの要求をすることができる。
 - イ 競技規則適用の解釈についての質問をすることができるが、判定に対して異議を申し出ることにはできない。
 - ウ チームのポジションが正しいか確認することができる。(サーブ順の確認)
- ③ チームキャプテンは試合中、選手交代をしてコートを離れる時は、ゲームキャプテンとしての権利を失うため、コート上の選手から代理のゲームキャプテンを指名しなければならない。コート上に戻った時は、自動的にゲームキャプテンになる。

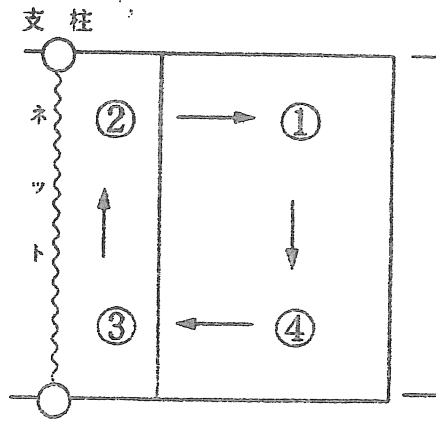
9 主審、副審のハンドシグナル【第10図】と線審のフラッグシグナル 【第11図】

チーム名

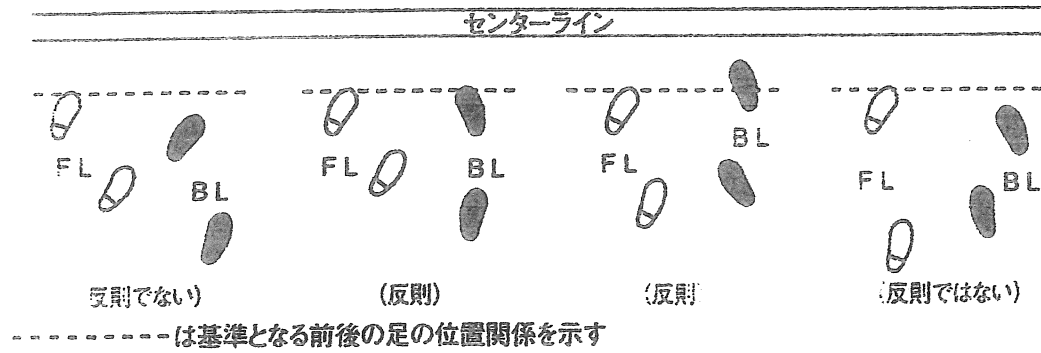
第1セット



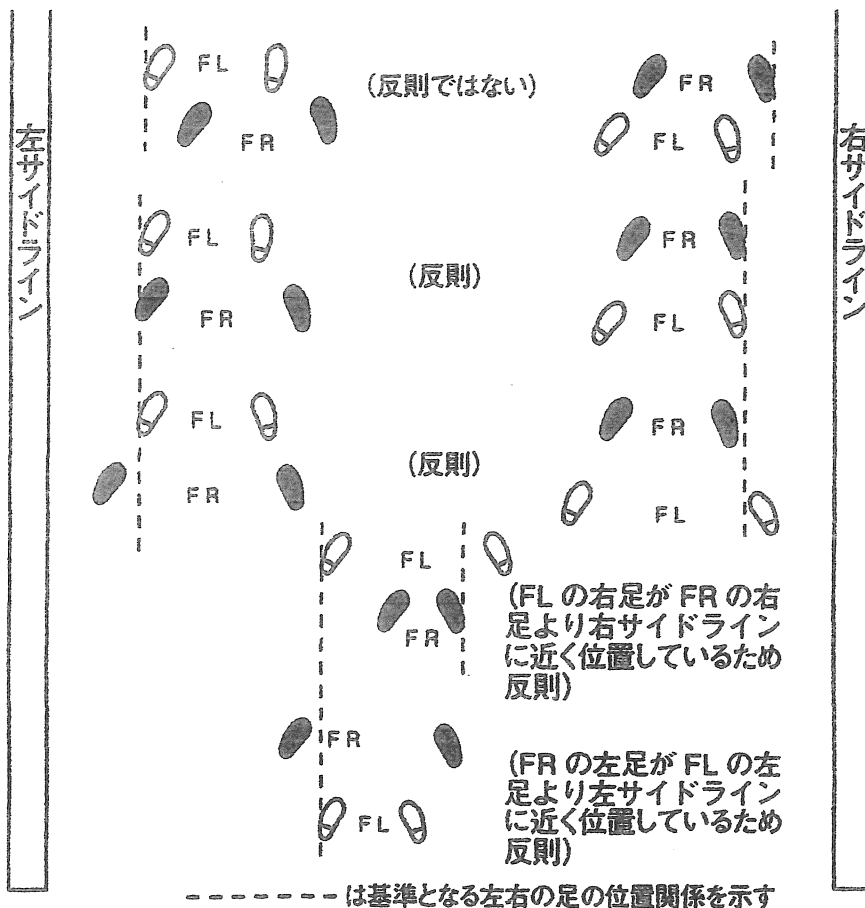
〈第1図 ラインアップシート〉



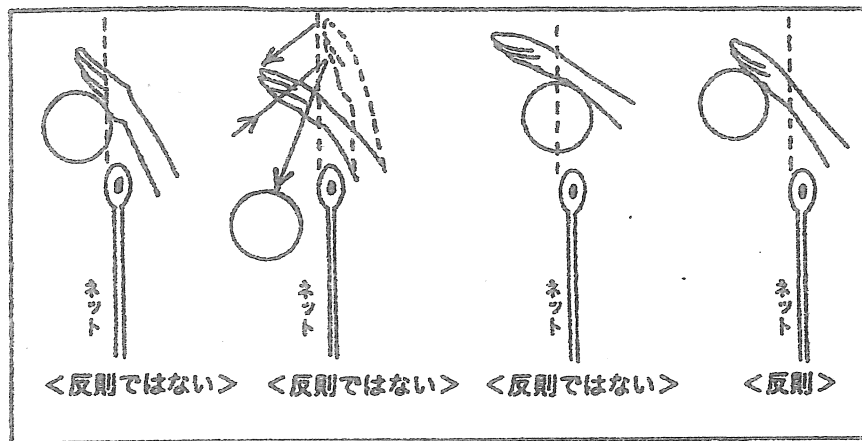
〈第2図 ローテーション〉



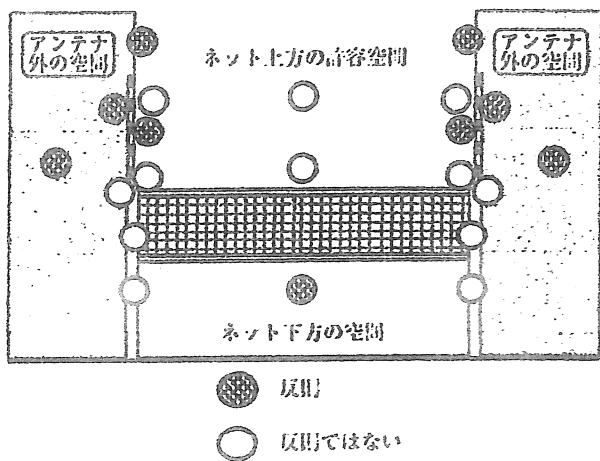
〈第3図 フロント選手とバック選手の位置関係〉



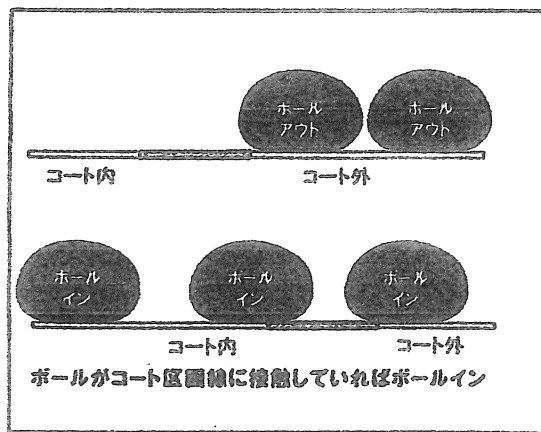
〈第4図 レフト選手とライト選手の位置関係〉



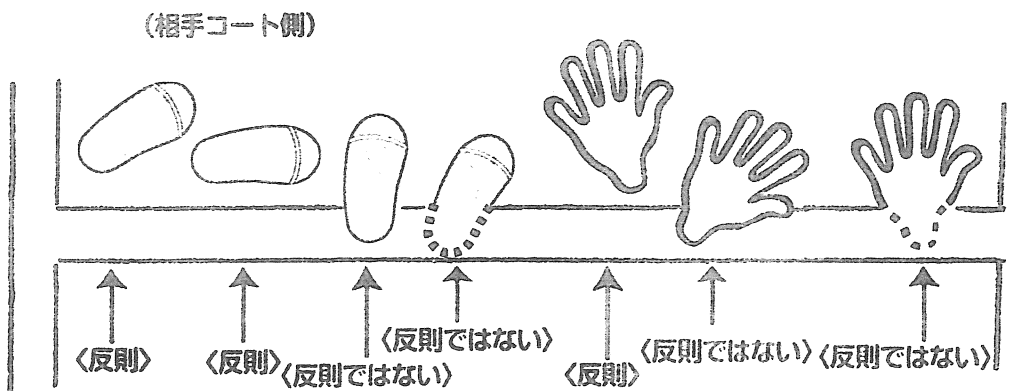
〈第5図 オーバーネット〉



〈第6図 インプレーとボールアウト〉



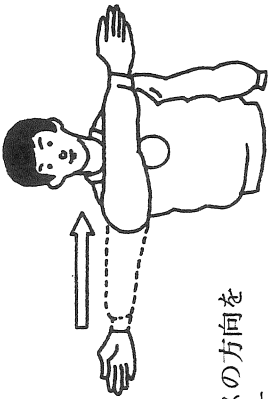

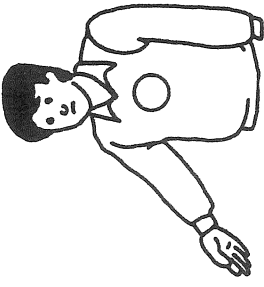

〈第7図 ボールインとボールアウト〉

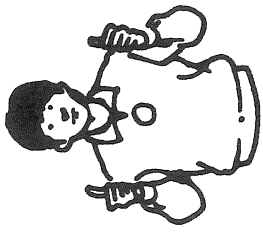
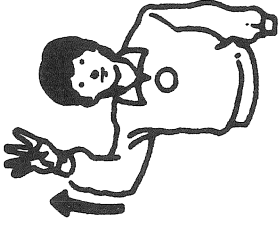
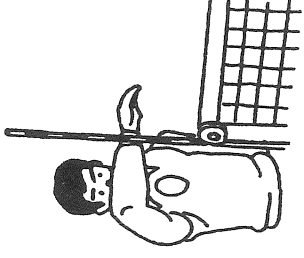
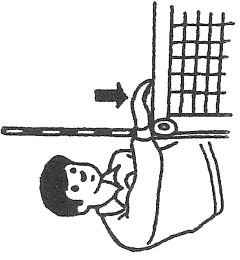


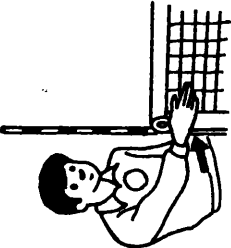
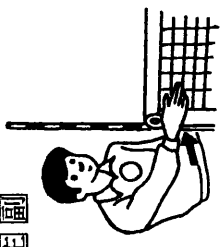
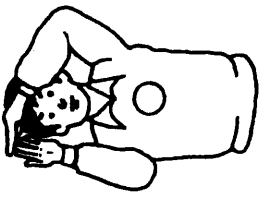
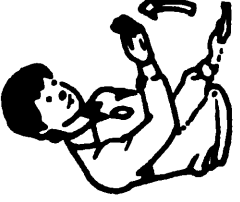
※点線はラインに触れていないことを示し、センターライン上の空間にある。

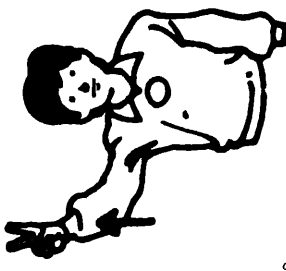
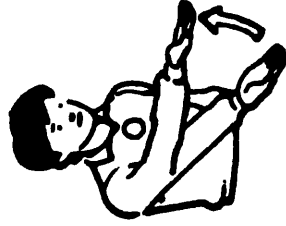
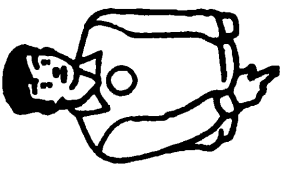
〈第8図 センターラインのペネトレーションフォルト〉

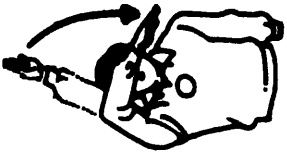
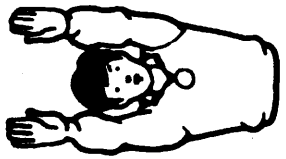

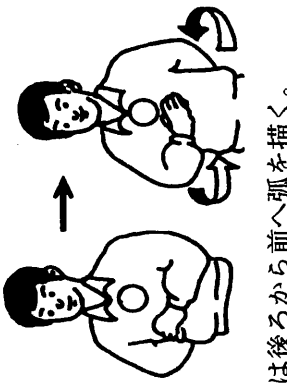
〈第10図 主審と副審の公式ハンドシグナル〉

シグナルの種類	審判員	主 副	主審 副審
● サービス許可 ① 17.4.2	主 副		サービスの方向を 手で示す。
● ポイント ② 31.2.1, 31.3.3	主 副		サービスをする チーム側の腕を横 にあげる。
● ボールイン ③ 21.1	主 副		フローアを指す。
● ボールアウト ④ 21.2, 22.12, 26.2.2.2 (b), 27.2.2.4, 27.2.2.5	主 副		手のひらを自分の方 に向け両手をあげる。

シグナルの種類	審判員	主 副	主審 副審
● ダブルファウル (ノーカウント) ⑤ 11.5, 15.2, 18.7, 22.13, 26.2.2.2 (d), 27.2.2.6	主 副		(ノーカウントおよび 緊急にラリーを中断 するとき) 両手の親指を立てて、 両腕をあげる。
● オーバータイムス ⑥ 18.1, 22.7, 26.2.2.2 (b)	主		指を4本伸ばし、 その手をあげる。
● オーバーネット ⑦ 20.5, 22.11, 26.2.2.2 (c)	主		片方の手のひらを 下に向け、ネット 上方に伸ばす。
● サービスボールが ネット上部に接触し 相手コートに入った とき ⑧ 22.4.2, 26.2.2.2 (c)	主		ネットの上端を サービス側の手で 触れる。

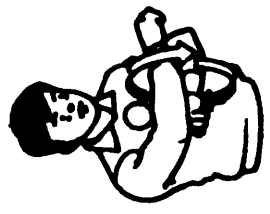
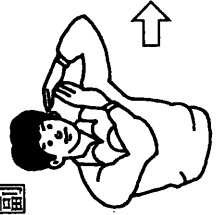
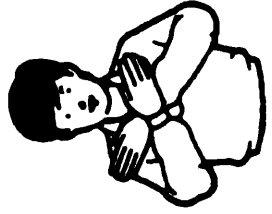

シグナルの種類	審判員	主審 副審
<ul style="list-style-type: none"> ● サーブボールがネットに接触し、ネットを越えないとき ● サーブボールがサーバ側の選手に接触したとき ● サーブボールがサーバ側のコートに接触したとき <p>⑨</p> <p>22.4.2, 22.4.3, 26.2.2.2 (b)</p>	 <p>主</p> <p>ネット側面をサーブ側の手で触れる。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● タッチネット <p>⑩</p> <p>22.10, 26.2.2.2 (c), 27.2.2.2</p>	 <p>主 副</p> <p>反則をした側のネットに触れる動作をする。 (実際に触れなくても良い)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● ワンタッチ <p>⑪</p> <p>選手に接触したボールが、その選手側でボールアウト</p> <p>26.2.2.2 (b)</p>	 <p>主</p> <p>垂直に立てた手の指先を、他方の手でブラシをかけるようにする。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● ホールディング <p>⑫</p> <p>18.6, 22.8, 26.2.2.2 (b)</p>	 <p>主</p> <p>片方の手のひらを上に向け、前腕をゆっくり持ち上げる。</p>	

シグナルの種類	審判員	主審 副審
<ul style="list-style-type: none"> ● ドリブル <p>⑬</p> <p>18.2, 18.3, 22.9, 26.2.2.2 (b)</p>	 <p>主</p> <p>指を2本伸ばし片方の手を上げる。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● サーブ時にボールをヒットしなかったとき <p>⑭</p> <p>17.1, 26.2.2.2 (b)</p>	 <p>主</p> <p>腕を伸ばし、片方の手のひらを上に向けて上げる。</p>	
<ul style="list-style-type: none"> ● ペネトレーションフォルト <p>⑮</p> <p>17.4.5, 17.4.6, 22.1, 26.2.2.2 (b), 27.2.2.3</p>	 <p>主 副</p> <p>片方の手でセンタースラインを指す。</p>	

シグナルの種類	審判員	主審 副審
● アタックヒットの反則 19.4, 19.5, 22.5, 26.2.2.2 (b) ①⑥	主	
● ブロックの反則 20.6, 20.7, 22.6, 26.2.2.2 (b), (c) ①⑦	主	
● アウトオブポジション ● サービス順の誤り 10.1, 10.1.2, 10.2, 17.3, 22.2, 22.3, 26.2.2.2 (a), 27.2.2.1 ①⑧	主 副	
● コートチェンジ ①⑨	主	

左腕は前から
後ろへ、右腕は後ろから前へ弧を描く。

12

シグナルの種類	審判員	主審 副審
● 選手交代 11.2, 27.1.3 ②⑩	主 副	
● タイムアウト 11.1, 27.1.3 ②⑪	主 副	
● セット及び試合の 終了 13, 14, 16 ②⑫	主 副	
● 警告 24.1, 26.2.2.1 ②⑬	主	

両腕の前の部分を、
お互いにぐるぐる回す。




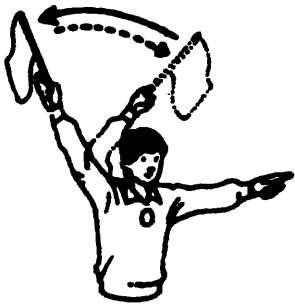

片方の手を垂直に立て、
その上に反対側の手のひ
らをのせて、T字を形作る。

そして、要求したチーム
を示す。

手のひらを自分の方に
向けて両腕を胸の前で
交差する。

イエローカードを示す。

〈第 11 図 線審のフラッグシグナル〉

シグナルの種類	審判員 [線]：線審
<p>● ボールイン</p> <p style="text-align: center;">①</p> <p>21.1, 29.2</p>	<p>[線]</p>  <p>フラッグを下げる。</p>
<p>● ボールアウト</p> <p style="text-align: center;">②</p> <p>21.2.1, 22.12.3, 22.12.5, 22.12.6, 29.2</p>	<p>[線]</p>  <p>フラッグを上げる。</p>
<p>● ワンタッチ</p> <p style="text-align: center;">③</p> <p>29.2</p>	<p>[線]</p>  <p>フラッグを立て、 他方の手のひらを フラッグの先端にのせる。</p>
<p>● ボールのアンテナへの 接触</p> <p>● アンテナ上方外側の 通過</p> <p>● センターラインを除くペネ トレーションフォルト</p> <p style="text-align: center;">④</p> <p>17.4.5, 17.4.6, 21.2.2, 21.2.3, 22.1.1, 22.1.2, 22.1.4, 22.1.5, 22.12.1, 22.12.2, 29.2, 29.3</p>	<p>[線]</p>  <p>アンテナ、 ラインまたは フリーゾーンを 片方の手で指し 頭上のフラッグ を左右に振る。</p>
<p>● 判定不能</p> <p style="text-align: center;">⑤</p>	<p>[線]</p>  <p>両手を上げ、 両手を胸の前で 交差する。</p>