

(屋内) 活動

プログラム名	ポッチャ ※団体主導			
概要	パラスポーツである「ポッチャ」に慣れ親しむ。 ルールは簡易のかつ集団用アレンジした青年の家ローカルルールまたは団体内のルールで行う。			
ねらい	グループで協力してゲームに取組み、団体内のふれあいを深めたり、積極性や協調性を養う。 ゲームを安全かつ公正に行うことでルールを守り協力することの大切さを学ぶ。 パラスポーツへの理解と関心を深める。			
条件	対象	全年齢	人数(指導者人数)	～60人(5人以上)
	活動目安時間	90～120分	活動時期	通年
	活動場所	体育館・研修室2・他	費用	不要
	下見	要	活動名簿提出	不要
持ち物・準備	(個人) 飲料 (団体) (貸出) ポッチャセット(5セットまで)(1セット当たり赤青各6球)			
安全上の留意点 (対策方法)	熱中症対策(暑さ指数等を考慮し休憩・水分補給を十分にとる)			

活動内容(手順)

事前①指導者配置: 活動指導(準備、進行)、巡視指導(活動中の研修生の補助や指導・助言)

②グループ編成: 1チーム1～6人程度の編成

②下見の実施: 活動エリア状況と安全把握

③実施方法の決定: 総当たり戦やトーナメント戦等の実施方法を定める(進行の不明点などは要相談)

④研修生への事前指導: 「概要」「ねらい」「留意点」等を指導、服装や持ち物の確認

活動前①打合せ(活動10分前): 事務室前で所員と団体責任者・担当指導者にて実施

確認事項: 人数、健康状態、貸出備品

備品をすべて持って活動場所へ移動

②準備: 研修室で実施の場合は机椅子をコート外に移動する(机のロックはフリーにして動かす)

活動①活動場所へ移動(グループ毎に整列)

②指導: 指導者より

ポッチャとは

注意事項、進行方法の説明

③活動開始: 次ゲーム者はスローイングボックス付近で待機

④確認事項: 人数、健康状態

⑤活動終了: ゲーム終了、振り返り(活動の感想を発表)

⑥片付け(片付け担当): 備品の返却

研修室で実施の場合は机椅子を元の位置に戻す(机のロックはフリーにして動かす)

体育館で実施の場合はモップ掛けを行う

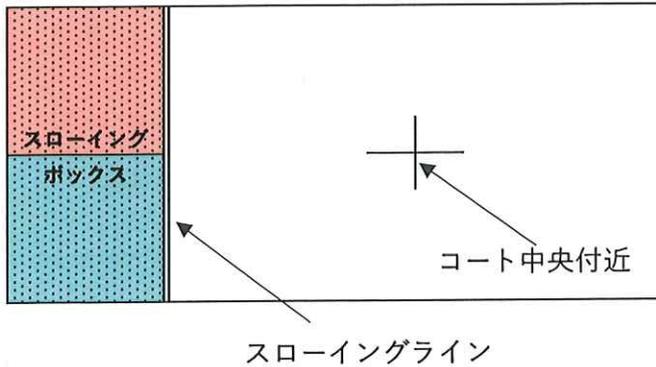


※パネルバージョン(6枚)もあります

左写真参照

ポッチャ 各名称、ゲーム進行例

【コート各名称】

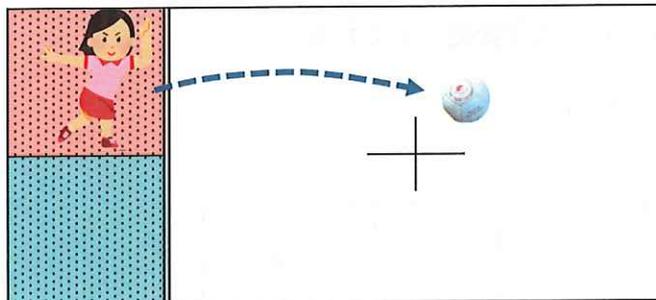


【用具各名称】



【ゲーム進行】 (例)

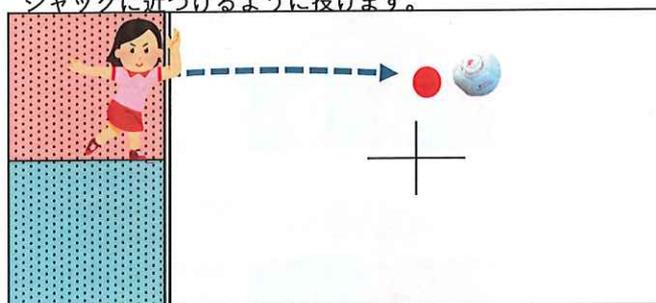
1.じゃんけん等で先攻後攻を決定。先行はジャックを投球します。



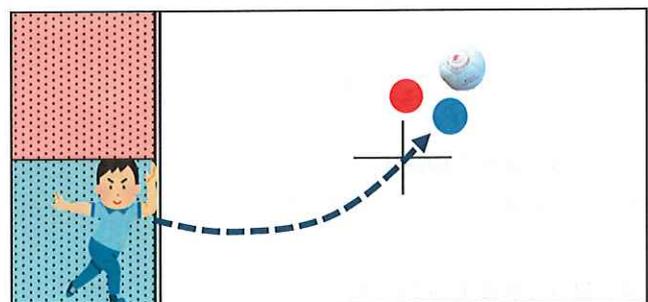
【ジャックボールの取り扱いについて】

- 最初のジャック投球時にコート外に出た場合。
→投球権が後攻に映ります。
- 試合中にはじき出されてコート外に出た場合
→コート中央付近に移動します。

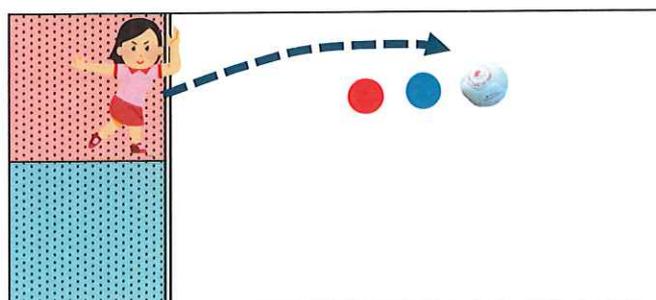
2.続いて自チームのカラーのボール (赤または青) をジャックに近づけるように投げます。



3. 後攻が投げます。



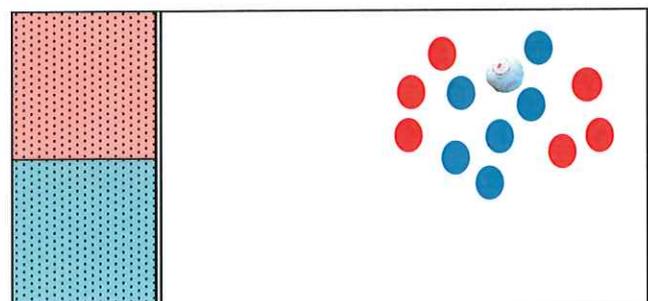
4.以降は、ジャックから遠い側のチームが投げます。



5. お互いに6球投げたら終了です。

ジャックボールに近いチームが勝ち！

※先に他チームが6球投げ切ってしまった場合も残り球は投げます。



ボツチャ

青年の家 ローカルルール

- ① チーム内で投げる順番を決めておく
- ② **赤チーム**・青チームで先攻後攻のじゃんけん
(先攻が白いジャックボールを投げる)
- ③ 両チームとも第1投を投げた後はジャックボールから遠いチームが投げる
- ④ 相手チームが投げ終わっても残りのボールは投げる
- ⑤ 最終的にジャックボールに一番近いチームが勝ち!
- ⑥ 元の位置にすべてのボールを戻す

ボッチャ 試合進行表(3コート6チームの場合)

チーム名	A	B	C	D	E	F

場所 試合順	1 コート		2 コート		3 コート	
	①	A	B	C	D	E
②	A	C	B	E	D	F
③	A	D	B	F	C	E
④	A	E	B	D	C	F
⑤	A	F	B	C	D	E
⑥						
⑦						