

1 活動のねらい

仲間と協力し、創意工夫しながら競技を楽しむことで、グループ内でのコミュニケーションの促進を図り、親睦を深めることができます。

2 活動の概要

年齢を問わず、誰もが手軽に楽しめる軽スポーツで、チームとしての一体感も味わえます。

ピュット（目標玉）に対して、いかに多く自チームのボールを近づけられるかを競うゲームです。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 最大60名（6人×2班×5セット）
- (2) 期間 通年
- (3) 時間 1～2時間
- (4) 場所 室内（体育館、ホール、研修室等）



4 指導について

活動は、原則、団体の自主活動となります。はじめての場合、別紙「競技方法とルール」を参考に、事前指導を行うことにより、円滑な活動ができます。依頼があれば、職員が活動の進め方を説明します。

5 準備する物

区分	内容	備考
団体	・筆記用具（班毎）	
交流の家	・競技方法とルール、スコア表 …事務室 ・室内ペタンク …事務室	・室内ペタンク物品貸し出し票に記入（事務室）

6 引率者の役割分担

係名	役割
責任者	・1名 責任者として、全体の総括、指揮、連絡にあたる
記録係	・数名 得点及び勝敗を記録する 勝敗は、相互審判(セルフジャッジ)が基本

7 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・代表者が、競技方法とルール、スコア表、用具（室内ペタンク）を借用
ルール説明	・代表者が競技方法とルール、安全管理について全体説明
活動開始	・競技（スコア係は、1メーヌ毎に得点を記入）
活動終了	・全用具（レッド球⑥、グリーン球⑥、ピュット①、サークル①）が所定の所に、収納されているかを確認 ・職員立ち会いのもと、借用物品の確認、返却

8 実施上の留意点

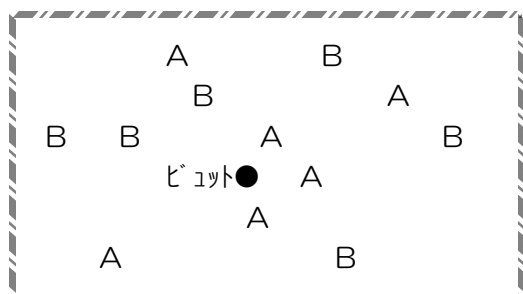
競技するスペースを十分に確保し、隣接している競技者の安全に十分注意してください。

室内ペタンクの進め方

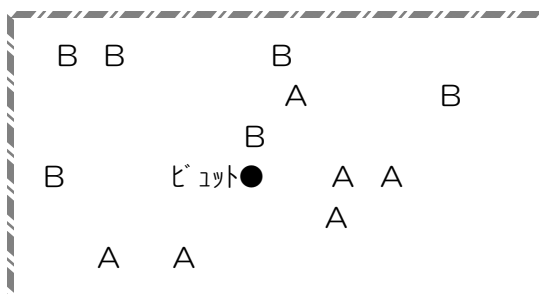
- 1 ゲームは、通常は下記のような人数で実施する。
 - 3人対3人（トリプルス）・・・1人2個ずつのボールを持つ
 - 2人対2人（ダブルス）・・・1人3個ずつのボールを持つ
 - 1人対1人（シングルス）・・・1人6個ずつのボールを持つ
 - ※6人対6人・・・・・・・・・・・・・・1人1個ずつのボールを持つ

- 2 ゲームの進め方
 - ①ジャンケン、トス等で勝ったAチームの1人がスタート地点となる所にサークルを置き、その中に立って、標的となるピュットを6m～10mの距離に投げる。
 (注) ピュットが6m以下または10m以上で止まった時は無効となり、投げ直しをする。3回まで投げ直しをして、それでも無効の場合は、相手チームにピュットを投げる権利が移る。但し、相手チームのピュットが6m～10mの距離に止まっても、次のプレーで最初に投げるのは、ジャンケン、トス等で勝ったチームである。
 - ②ピュットが6m～10mの距離に止まった後、引き続きAチームの中の1人が、できるだけピュットの近くに止まるように投げる。
 (注) チーム内での投球順は自由。
 - ③次にBチームの1人が、Aチームのボールよりピュットに近づくように第1球目を投げる。両チームが1球ずつ投げ終えた後、どちらのボールがピュットに近いかを測る。
 (注) 目測でわかる時は、計測しなくても良い。
 - ④既にAチームの方がピュットに近く、Bチームの方が遠いとすれば、遠い方のBチームが次に投げる。ピュットに1番近いボールのチームは、相手チームが自チームよりピュットに近くなるまで待つことになる。全部のボール（12個）が投げ終わった時点で得点を数える。

- 3 勝敗と得点の数え方
 - 味方チームのボールをピュットに1番近く配置させたチームの勝ち。（下図参照）
 - 得点は負けたチームのボールの中でピュットに1番近いボールより、さらにピュットに近い所にある、勝ちチームのボールの数で決める。
 - 1メーヌ（セット）終了時のピュットを中心にサークルを置き、そこからピュットを好きな方向へ投げて、第2メーヌを開始する。このようにして、何度かメーヌを繰り返し、13点を先取したチームが最終時に勝ちとなる。



第1メーヌ Aチーム3点
 Bチーム0点
 第1メーヌ終了時は、3対0でAチームがリード



第2メーヌ Aチーム0点
 Bチーム1点
 第2メーヌ終了時で、3対1でAチームがリード