令和元年度　ＲＩＣ　研修会資料

Ⅰ　基本的ルール・審判法の確認

１　吹笛【主・副】

・基本は強く長く吹笛をする。これが一番大事。ラリーをしっかり止める。
・電子ホイッスルは使用しない。
・笛はずっとくわえておく。
　※短笛と長笛の違い
　※フォックス、ビートマスター等は使用しない。

２　ハンドシグナル【主・副】

・ルールブックに示されているハンドシグナル以外を出さない。
・正しいハンドシグナルを使う。
・正面に向かってハンドシグナルを出す。

３　ダブルコンタクト（ドリブル）【主】

・ボールの回転や音で判定しないこと。ボールが回転しなくてもダブルコンタクトの場合がある。
・アンダーハンドパスでもダブルコンタクトとなる場合がある。

４　キャッチ（ホールディング）【主】

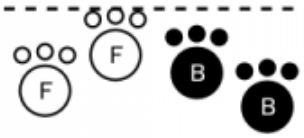
・ボールを捕えた位置（型）で判定しないこと。
・選手やベンチのアピールで反則を取らないこと。

５　タッチネット【主・副】

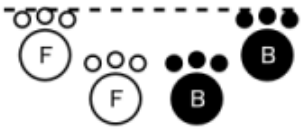
・ボールをプレーする動作中の選手による両アンテナ間のネットへの接触は反則である。ボールをプレーする動作の中には、(主に) 踏み切りからヒット (またはプレーの試み) と安定した着地、新たな動作への準備が含まれる。
・相手チームのプレーを妨害しない限り、選手は支柱、ロープ、またはアンテナの外側にあるネットや他の物体に触れてもよい。
・ボールがネットにかかり、その反動でネットが選手に触れても、反則ではない。
・ボールがプレーされているときに、ボールの近くにいる選手やボールをプレーしようとしている選手は、たとえボールに触れなくてもボールをプレーする動作中とみなされる。

６　ポジショナルフォルト（アウトオブポジション）【主・副】

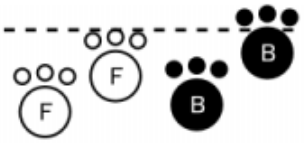
反則でない→
フロントの選手の足よりバックの選手の足の位置が後ろにある。



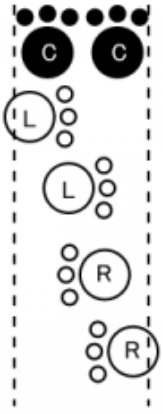
反則→
フロントの選手の足とバックの選手の足が同じ位置。

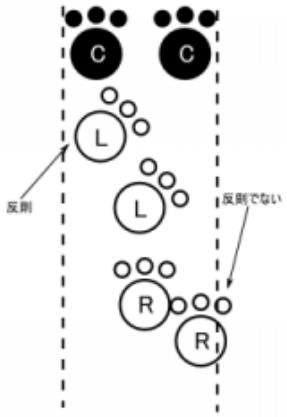


反則→
フロントの選手の足よりとバックの選手の足が前にある。



反則でない→
レフト（ライト）の選手の片足の一部がセンターの選手の両足よりサイドライン寄りに位置する。





←反則
レフト（ライト）の選手の片足の一部がセンターの選手の両足よりサイドライン寄りに位置していない。

７　ペネトレーションフォルト（パッシングザセンターライン）【副】

・足（くるぶしより下）がセンターラインを越えて相手コートに触れても、足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。

・両足より上部の身体のいかなる部分が相手コートに触れても、相手のプレーを妨害しない限り許される。（妨害した場合はインターフェア）

８　副審の動き【副】

・ボールを追わず、ネット際に目を残す。
　反則がないことを確認したら、次のプレーに備えて位置を移動する。動きが遅いと、ポールカバーで死角をつくってしまったりすることがある。

・原則としてブロックサイドから見る。
　常に主審と反対側に位置し、死角をつくらないようにする。

・主審の判定に追従しなくてよい。
　ただし、自分がタッチネット等の判定をし、吹笛した場合は、「反則の種類」→「反則した選手」の順に、反則したチーム側に立ってハンドシグナルを示し、主審が「サービスを行うチーム」を示した後、追従する。

・左右・前後に動いて適切な位置で見る。ただし、プレーする瞬間は静止して注視することが大切である。ポールから１m程度左右に出て見る。

・目だけでボールを追うのではなく、ボールに正対するよう心掛ける。

・タイムアウトやセット間の計測は自分で行う。（腕時計を使う）

・ラインアップシートはポケットにしまう。手に持ったままだったり、記録席に置いたままにしない。

・ラインアップシートはチームに返却する必要はない。

９　選手交代の仕方

・選手がサブスティチューションゾーン（センターラインとアタックラインの間）に入ることが許可条件である。選手や監督がハンドシグナルを出す必要ない。

・ハンドシグナルを出していてもゾーンの中に入ってこなければ許可できない。

・選手交代の手順（ブザー、パドルを使用しない場合）

①吹笛、ハンドシグナル（サイドは示さない）

②ポールと記録席の間に立つ。

③サイドラインに並べ、手を挙げさせる。ボールは持たせない。必要に応じて、周囲の選手を離す。

④スコアラーが確認できた時点で交代を促す。（スコアラーは片手を挙げる）

⑤５回目または６回目の交代ならば、スコアラーは副審に伝える。

⑥５回目または６回目の交代ならば、副審は主審に伝える。

⑦５回目または６回目の交代ならば、主審は監督に伝える。

⑧スコアラーの記入が終了し（スコアラーは両手を挙げる）、すべての準備が整ったら副審は主審に両手を挙げ合図を送る。

１０　複数の選手交代の手順

①吹笛、ハンドシグナル

この時に複数の交代選手が同時にサブスティチューションゾーンに来ていること。遅れてきている場合は、不当な要求として処置（拒否する）。

②支柱と記録席の間に立つ。

③１組目の交代選手をサイドラインに並べ、手を挙げさせる。ボールは持たせない。２組目は後ろで待たせる。

④スコアラーが確認できた時点で交代を促す。（スコアラーは片手を挙げる）

⑤スコアラーの記入が終了し、スコアラーが両手を挙げたら、２組目をサイドラインに並べ、手を挙げさせる。

１１　タイムアウトの手続き

①監督から要求を受ける。（監督のハンドシグナルが必須）

②吹笛

③タイムのハンドシグナル

④要求のあったチームのサイドを示す。

⑤計測開始（３０秒）

⑥２回目のタイムアウトならば主審に伝える。

⑦吹笛

⑧２回目のタイムアウトならば監督に伝える。

⑨スコアラーが両手を挙げ、副審に合図を送る。

⑩すべての準備が整ったら副審は主審に両手を挙げ合図を送る。

１２　スコアラー

・サービス順の間違い等に気づいたら、すぐに副審に知らせる。（勇気を持って）

・ボールペン（フリクションペンは使用しないこと）で記入、一人で記入。

・青ペンで記入する。必要に応じて試合終了後にコピーをとるが、原本かコピーしたものか、一目で判断できるようにするためである。

２　プロトコール（試合前）

１　合同練習

・県内の試合では、前の試合が終わってから５分という場合が多い。

・隣のコートで試合をやっている場合は、邪魔にならないような練習方法を考える。大会によっては、「パス程度（対人も禁止）」「ボールの使用は禁止」などの条件がつくこともある。

・全国大会などでは、前のチームがコートの外へ出るまで入れないことが多い。

２　トス（３セットマッチの場合は、試合開始１１分前）

・コインの裏表は主審が決める。

①「サービスを打つ」

②「サービスをレシーブする」

③「どちらのコートに入るか」のいずれかを選ぶことができる。

・チームキャプテンおよび監督はメンバーの確認のためにサインをする。

３　公式練習

・両チームのチームキャプテンおよび監督のサインが終わってから公式練習に入る。

・３セットマッチの場合、両チームで６分間。途中で時計を止めない。

公式練習開始の笛…主審

３分経過したときの笛…副審

公式練習終了の笛…主審

・両チームで６分間練習してもよい。３分間ずつ別々に練習をする場合は、サーブ権のあるチームから先に練習をする。

・練習をしてよい場所

ネットを使わないチームは後方の空きスペースまたは自ベンチ前での練習は認める。

ただし、ネットをまたぐ練習や相手チームの邪魔になる練習は不可。

隣のコートが空いていたとしても、そこで練習することは禁止。

・練習中（なるべく早く）に第１セットのラインアップシートを提出する。

・練習中に副審と記録は別々にメンバーの確認を行う。ただし、記録用紙に「✓」などをつけない。

・練習中は必ずユニフォームを着る。また、監督、コーチ、マネージャーはワッペンをつける。（メンバー確認をするため）

4　整列・挨拶

・必ずエントリープレーヤー全員が整列すること。

・並ぶ順番に決まりはない。

・審判台の右側に主審、左側に副審が立つ

・主審のホイッスルで礼　→　握手

5　スターティングラインアップの確認

・副審と記録が別々に確認を行う。
両チームがコートに入ってから、サーブ権のあるチームから行う。

・セットの開始前、ラインアップシートに記入されていない選手がコート上にいる場合
①副審はラインアップシートを監督に示し、記入されていない選手がコート上にいることを告げ、どちらの選手がスターティングメンバーかを尋ねる。
②監督がラインアップシートに記入されていない選手をコートに残すことを要望する場合は、該当するハンドシグナルを示し正規の選手交代を要求する。（０－０で交代）
③監督が提出したラインアップシートどおりの選手をスターティングメンバーとすることを要望する場合は、その場で選手を入れ替えさせる。この場合には制裁はない。

・円陣
ラインアップシート確認前　→　ベンチメンバー全員参加でも問題としない。
ラインアップシート確認後
→　最大限スターティングメンバーの６名とリベロ２名の合計８名以内

・ゲームキャプテンの確認を行う。
チームキャプテン（キャプテンマークがついている選手）がコート内にいるときは、手を挙げる必要なし。

・リベロはチームキャプテンにも、ゲームキャプテンにもなれない。

・リベロの確認は不要。コートサイドに並ぶ必要なし。

3　試合開始

・準備ができたら、スコアラーは両手を挙げる　→　副審が両手を挙げる　→　開始

・試合開始時刻……最初のサービス許可のホイッスル

４　その他

１　リベロの入れ替わり

・リベロとその入れ替わる選手は、リベロリプレイスメントゾーン（アタックラインとエンドラインの間）を通じてのみコートに出入りできる。

・サービス許可吹笛の後、交代したとき

１回目：サービスヒットの前であれば、拒否されない。しかし、これは許された手続きではなく、さらに再発した場合は、遅延行為に対する罰則が適用されることを、そのラリー終了後、ゲームキャプテンに伝える。

２回目：プレーを直ちに止め、遅延行為に対する罰則を適用する。

２　控えの選手

・ベンチに座っているか、ウォームアップエリアにいなければならない。

・ウォームアップエリアではボールを使用することができない。

・監督が立っているところに、選手を呼んで指導することはできない。選手をチームベンチに座らせるか、またはウォームアップエリアに移動させてから指導をする。

・ドリンク等の荷物はできる限りイスの上やイスの横には置かない。ウォームアップエリアまたはイスの下に置く。（けが防止のため）

・モップは立てて置かない。必ず伏せて置く。（けが防止のため）

・メガホンやうちわの使用は禁止。タイム中にうちわで扇ぐ程度は可。

３　ゲームキャプテン

・ゲームキャプテンのみ、審判に対して、発言をすることができる。

・ただし、プレーの動作（ボールイン・アウト、キャッチ、ダブルコンタクト、フォアヒット、タッチネット、ペネトレーションフォルト、ボールコンタクト等）の判定について説明を求めることはできない。レフェリーのルールの取り扱いの間違い（罰則の適用が累進的でない場合、タイムアウトや選手交代の回数を超えて許可された場合等）やローテーションの間違い、得点の間違いのみ競技規則の適用や解釈について説明を求めることができる。

・審判に対するアピール　→　ペナルティの対象になる。

・ゲームキャプテンが交代によりコートの外へ退く時や、リベロと入れ替わる時には、必ず他の選手をゲームキャプテンに指名し、確認を行う。

4　ワイピング

・基本的には各チームの６人のみで行う。
・タオル等をなるべくたくさんの選手が持参しておく。
・サポーターや手で拭かない。
・勝手にベンチにいる控え選手が入ってこない。柄付きモップをいれない。
・ベンチ前でドリンクがこぼれた場合などは、柄付きモップは使用せず、自分たちのタオル等を使用する。

5　給水タイム（高体連ルール　大会ごと適用するかどうかを決める）

・タイムアウトと同様に、副審がホイッスルで合図をして給水タイムに入る。３０秒後に給水タイムの終了を副審がホイッスルで合図をする。
・給水タイムは、正規の試合中断の要求（タイムアウト、選手交代）やリベロリプレイスメントより 優先される。上記を行う場合は給水タイム終了後にその手続きを行う。
・給水タイムは給水だけを目的としたものなので、選手（生徒のマネージャーも含む）だけで実施される。
・ベンチスタッフ（生徒を除く）は選手との会話は認められない。
・タイミングが遅れた場合は、確認できた時点で給水タイムを適用する。

5　その他のルール

1　フォアヒット（オーバータイムス）【主】

・ブロックにボールが当たっていたとしても、ブロックがないと仮定してネット越えないボール（白帯に当たって跳ね返っている）はネットを越えていないと判定されます。
・判定の仕方

①ネットを越えず、自分のコートに落ちた場合：ボールイン
②ネットを越えず、自分側のコート外に落ちた場合：ボールアウト
③ネットを越えず、アタッカーに再度ボールが当たった場合：ダブルコンタクト
④ネットを越えず、アタッカー以外にボールが当たった場合：フォアヒット

２　ペネトレーションフォルト（オーバーネット）【主】

・相手チームのレシーブをおさえたとき

・相手チームのトスをおさえたとき

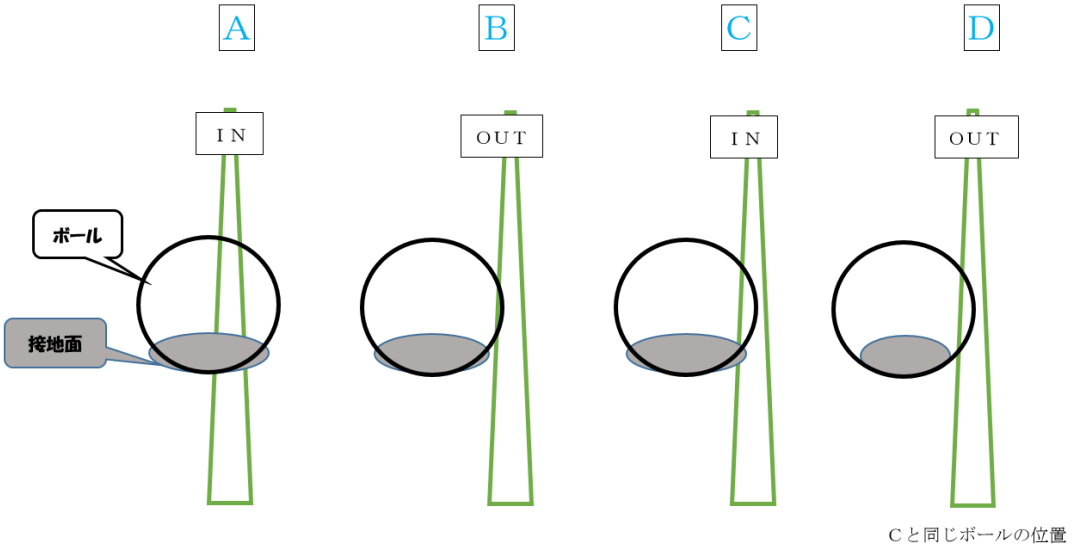
・味方チームのレシーブが流れて、ネットを越えた時、そのボールをセッターがジャンプトスで取り戻そうとしたとき

・味方チーム側からあげられたトスが流れて、ネットを越えた際、ネットを越えて触れたとき

３　ボールイン、ボールアウト【主・副】

（間違い）ボールの中心がライン上にあればインになり、ボールの中心が外にある場合はアウトになる。

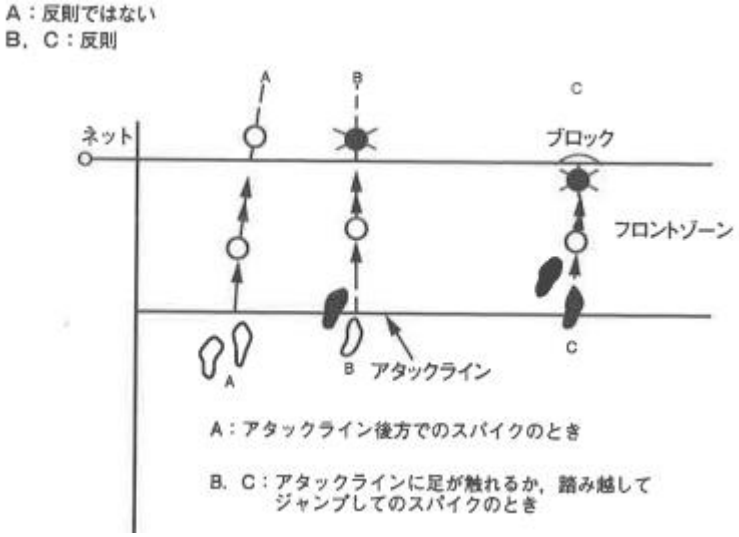
ボールと床の接点　　※ラインの右側がコート



など

4　アタックヒットの反則【主・副】

・バックプレーヤーの反則



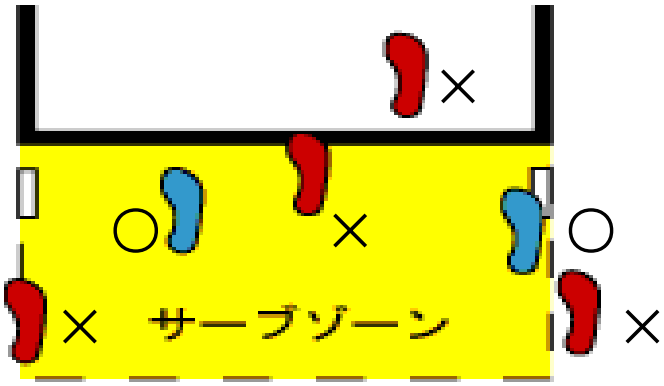
・フロントゾーン内にいるリベロがオーバーハンドパスで上げたボールをアタックヒットしたとき

5　ブロックの反則【主・副】

・バックプレーヤーのセッターに多い反則。

6　サービスの反則【主】

・フットフォルト



7　遅延行為（１回目は警告、２回目は反則（相手チームに１点＋サーブ権））

・タイムアウト終了後やセット開始時において、すみやかにコートに入らないとき。
（笛がなったらすぐにコートに入る。）

・靴ひもがほどけ、それを結び直すことを要求したとき。

・ラインアップシートの提出が遅れたとき。

・クイックモッパーがいる場合、濡れている箇所を拭くよう要求したとき　　など

8　不法行為

・競技参加者は、審判員の決定に対し、スポーツマンらしく反論せず、受け入れなければならない。疑問がある場合には、ゲームキャプテンを通じてのみ説明を求めることができる。

・競技参加者は、審判員の決定に影響を与えたり、またはチームの反則を隠したりする行動や態度は避けなければならない。

・競技参加者は、審判員だけでなく、他の役員、相手チーム、チームメイト、さらに観衆に対しても、フェアプレーの精神で敬意を示し、礼儀正しく行動しなければならない。

・軽度の不法な行為（警告）１回目は口頭注意　２回目はイエローカード
　　ネット越しに相手チームに向かってガッツポーズをする　等

・無作法な行為（反則）…良いマナーや道徳の原則に反した行為
　レッドカード（相手に１点＋サービス権）
　　審判の判定に対して、抗議やアピールをすること
　　味方チームの反則を隠す行為
　　サービス時などに奇声をあげたりする　等

・侮辱的な行為（退場）…中傷的または相手チームを侮辱するような言葉やジェスチャーあるいは軽蔑を表す行為
　イエローカード、レッドカードを一緒に持つ（そのセット間、ペナルティエリア）

・攻撃的な行為（失格）…実際の身体的、または攻撃的、威嚇的な行為
　イエローカード、レッドカードを別々に持つ（退去）

6　ラインジャッジ

・基本姿勢

姿勢については、アウトオブプレー時は自然体でリラックスして立つ。また、サーバーがボールを打ってからは、移動しやすい低い姿勢をとり、目の位置を下げ、身体（腰）でボールを追う。目の位置が高いとボールを上から見ることになり、ボールと床の接点が死角となり、ボールがラインにふれているか明瞭に判定できない。低い姿勢が必要なときとそうでないときの区別をつける。サーバーがエンドライン後方から打つ時は、サーバー側のエンドライン担当のラインジャッジは、低い姿勢をとる必要はない。

・立つ位置…各コーナーから２m離れた位置

・１人１線が原則

・フラッグの持ち方

フラッグのポールに人差し指を添えてポールを握り、ひじが曲がらないようにまっすぐにフラッグを出す。

・サーバーの邪魔になるとき

サイドラインの延長線上、サーバーの後方に移動し位置する。その際、サーバーのフットフォルトの有無に注意するため、横には開かない。

・間違っている行為

①手をヒザに当てながら構える。

②サービス許可の吹笛前に旗を前に出し、吹笛後に『バサッ！』と音を出して構える。

7　主審

・各試合の最高責任者は、主審である。競技規則に示されていない問題を含むすべての問題を解決する権限がある。
・原則として、アタックサイドから見る。
・審判台という限られたスペースの中ではあるが、左右・前後に動いて適切な位置で見る。ただし、プレーする瞬間は静止して注視することが大切である。
・目だけでボールを追うのではなく、ボールに正対するよう心掛ける。
・ラリー終了から８秒後に次のサービス許可の吹笛をする。
・サービス許可の吹笛をする条件
①両チームの選手がコートの中にいる。（正しいポジションにいなくても）
②サーバーがボールを保持している。（コートの方を向いていなくても）
・審判台の高さ
目の高さがネット上端から５０ｃｍの位置になるように（だいたい支柱の上端がベルトの位置）