

【ホッケーエキスパート事業】なっちのYouTubeチャンネル

ホッケーであそぼう！ホッケー場 de 実践編 part6
今回のテーマ『ホッケーのルール編（反則）』を紹介します！

今回紹介する『ホッケーのルール（反則）』

ホッケーの主な反則は・・・

1. 「フット」＝足を使ってプレーするなど、スティック以外の体の部分を使ってボールを止めること。
2. 「バックスティック」＝スティックの裏側（丸みを帯びた面）でプレーすること。
3. 「デンジャラスプレー」＝相手にめがけてボールを上げたりする危険なプレー。相手の頭上にスティックを振りかざしたり、相手をスティックや体で倒したりすることも反則となる。
4. 「インターフェア」＝スティックで相手のスティックや体を叩き、プレーを妨害すること。
5. 「オブストラクション」＝スティックや体で相手からボールを隠し、相手のプレーを妨害すること。



知っておくと役立つ！「セルフパス」と「アドバンテージ」

「セルフパス」＝反則があった地点から、ドリブル等でプレーを再開できる。相手の準備が整う前に、早くリスタートをして、優位にゲームを進めよう！

「アドバンテージ」＝反則があっても、逆チームが優位な状況でプレーできる場合は、その反則が適用にならない場合がある。アンパイア（審判）が笛を吹くまで、プレーを止めないで継続する習慣を身につけよう！

🎯ホッケーテニス🎯

ホッケー版のテニスゲームです！コート範囲を決め、真ん中にネットを置きます。1対1（シングル）や2対2（ダブルス）でも楽しめます！ダイレクト、ワンバウンドまでOKです！相手の取りにくいところを狙ったり、駆け引きしたりするのも面白いです。空中のボールをうまく扱うトレーニングにもなります。ぜひ、チームで優勝者を決めてみてください★



YouTube リンク「<https://youtu.be/O30TviNJKrI>」

日光市公式 HP「<http://www.city.nikko.lg.jp/sports/gyousei/soshiki/kyouiku/sports.html>」

栃木県ホッケー協会公式 HP「<https://tochigi-hockey.jp/>」

〒321-1292 栃木県日光市今市本町1番地 日光市教育委員会事務局 スポーツ振興課

TEL:0288-21-5183 FAX:0288-21-5185 担当: 加藤 山岸

日光市スポーツ振興課公式 Facebook QRコード↑

