

ファミリーバドミントン

バドミントンのスリルや面白さをそのままに、手軽さとやさしいルールで楽しさをグンとアップさせたバドミントン型のスポーツで、京都府長岡京市教育委員会で考案されました。1チーム3人で、ボールはスポンジボールにバドミントンの羽根をつけたものを使用するため、スピードが抑えられ、初めての人でも容易にボールを打つことができます。また、ラケットのシャフトが短いため、手のひらで打つ感覚でボールが打てます。

用具

☆ボール

スポンジボールに合成の羽根をつけたもの

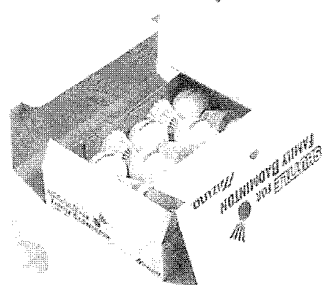
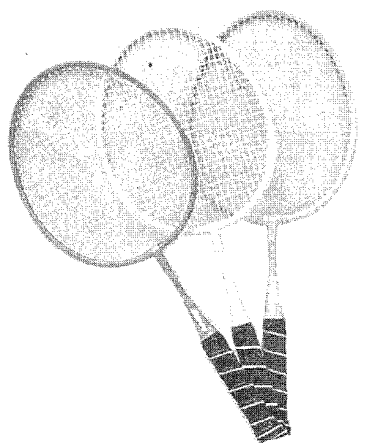
☆ラケット

シャフトの短い専用ラケット

☆ネット

バドミントン用

ポストの高さは1.55m（バドミントンと同じ）



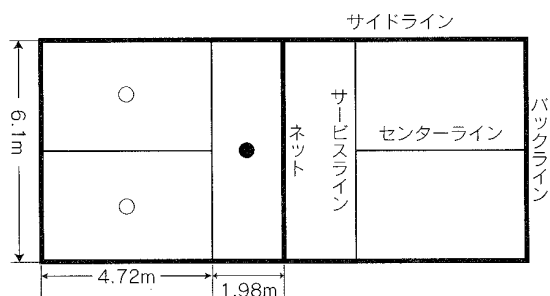
人数

☆1チーム、9人以内

☆ゲームは3人対3人

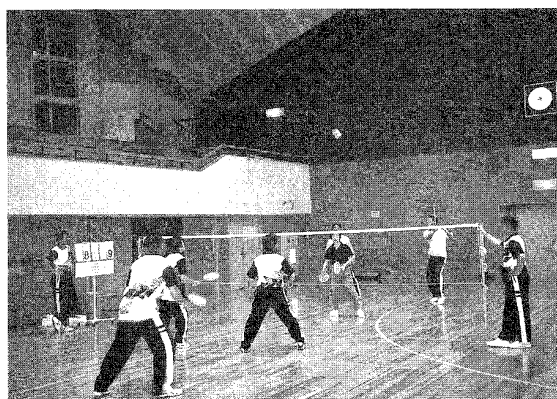
☆1セット中の3名は前衛(●)1人、後衛(○、○)2人です。

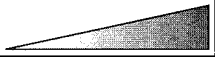
☆1セットに出場した者は2セットに出場できない。ただし、3セットとなった場合はフリーとする。



場所(コート)

☆バドミントンのダブルスのコートを使用する。



	
運動量	★★★★
技能	★★★
準備	★★

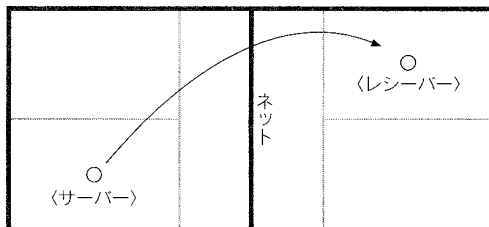
ルール（進め方）

【ゲームの進め方】

バドミントンのコートを使って、ラケットでボールを打ち合い、2回までに相手のコートに返すスポーツ。得点は1セット15点で、3セット試合して2セット先に取ったチームが「勝ち」となる。

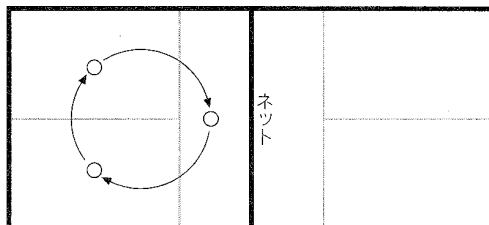
- ① 先ずじゃんけんをして勝った方が「サーブ」をとるか、「コート」をとるか決める。
- ② サーブは下から打つこと、相手側のコートの左へ打つことが決まり。

☆「サーブ」は必ず下から打つ。サーブする人は、「後ろの右側」にいる人。サーブを入れる所は必ず相手コートの左側とする。もしボールがネットにさわって入ってもセーフとする。相手コートのサーブを受ける人は「後ろの右側」にいる人のみ。（サーブを入れるところ）



- ③ 得点を取ったら時計回りにポジション変更。

（ローテーションの方法）



☆相手チームのサーブ時に、自分のチームが勝って得点を取った場合は時計回りの方向に1つ位置を変わり（これをローテーションと言う）、後ろの右側に来た人がサーブをする。

【ルール】

- ① 後衛はサービスラインよりも前でプレーしてはいけない。但し前衛はオールコートでのプレーが可能。
- ② ボールは2回以内に相手コートへ返す。
- ③ メンバーチェンジは、1セット2回まで認められる。
- ④ チェンジコートは各セットが終わった時に行う。但し3セット目は一方のチームが8点を取った時に行う。
- ⑤ ラリー中にボールを打った瞬間、ボールが打点よりも下にさがった場合（下に打った場合）はアウトとする。
- ⑥ 得点は1セット15点とし、14点オールとなったときは2点先取したチームを勝者とする。
- ⑦ 2、3セット目は、前のセットの勝者がサービスを行う。

【ファミリーバドミントン

「べからず集」】

競技者が次のような行為をした場合、相手チームの得点となる。

- ☆オーバーネット
- ☆ホールディング
- ☆ドリブル
- ☆タッチネット
- ☆フットフォルト
- ☆オーバータイムス
- ☆サーブ順をまちがえた時
- ☆ボールが競技者の持つラケットでヒットされなかった時
- ☆その他はバドミントンの競技規則に準ずる。