

## 4 オーバルボール



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内	1チーム1~5名 2~4チーム	誰でも可	軽度

### 特色

卵形のだ円球を、前方の得点ゾーンに入るように転がしていくゲームで、だ円球の持ち方、転がし方によって、得点をねらうとき、他チームの球をはじくときなど、その特性を使い分けるのがコツ。得点ゾーンは、各得点部分がわずかに立体的に盛り上がっているため、得点判定がしやすいのが特徴です。

### 用具

リンク台  
レーンマット 4枚  
だ円球 4色×4個

### コート

7m四方のスペースの中央にリンク台を置き、四方にレーンマットを敷く。

### 競技方法

- (1) 球は(黄、緑、白、赤)は、1チーム1色とする。
- (2) 1人(4個のボールを)、1個ずつ時計回りの順番に中央のリンクに転がしいれる。全てのボールが転がし終わったら、得点を計算し、1回戦が終わる。  
  
一度転がしたボールは最後の1球が転がし終わるまでそのままにしておく。  
転がし終わったボールが、他のボールによって移動してもそのままにしておく。  
幼児や高齢者は技能に応じて内側のラインから転がす。
- (3) 2回戦は、競技者を交代し1回戦と同様に競技を行う。(この時の転がす順番は、前回の得点の多いチームから行い、順次時計回りに転がす。)
- (4) 全ての競技者が転がし終わったら、総合点を計算し、勝敗を決める。

### 得点方法

中央枠(赤)5点 第2枠(黄)3点 第3枠(緑)1点をつけて集計し、チームの総合得点とする。

