

# フロアホッケーの手引き

## 1 期待される効果

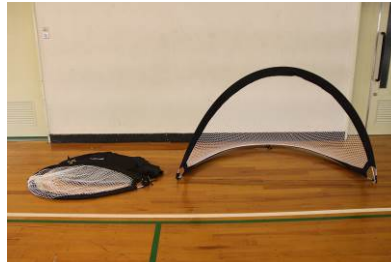
自然・感性	克服・達成	創意・工夫	自主性・協調性	リフレッシュ・体力
	★★	★	★★	★★★

**2 対象及び実施時期** 学校団体、自然体験活動団体、企業や子ども会などの団体  
小学生以上（20人程度） 通年

## 3 道具・用具（ルールガイドブック有り）



スティック：2セット  
(1セット赤6本・黄6本)



ゴールポスト：2セット  
(1セット2つ)



パック：2セット  
(1セット1枚)

## 4 プログラムの流れ

準備・説明 30分

道具の受け取り  
ルール説明

活動 60分

1チーム6名程度  
(うちゴールキーパー1名)



**ポイント**

ゲームだけでなく、場の準備や片付け等をみんなでおこなうと、よりねらいに迫ることができます。

### 準備運動

競技について※正式なルールとは少々変えてあります。また団体に応じて、楽しく活動できるように、工夫してもよいです。

- ・試合は（1ピリオド9分間×3ピリオド）で行います。
- ・プレーは、フェイスオフ（右写真の状態）によって始めます。

### <主なファール>

- ・ハイスティッキング（スティックを肩の高さより上に上げてはならない。）
- ・フックキング（スティックで相手をひっかけてはならない。）
- ・ラフティング（肘などの体の一部を使って相手にぶつかってはならない。）
- ・スラッシング（パックをコントロールする相手プレイヤーのスティックを上からたたいてはならない。）

整理運動（人員・健康状態の確認）



片づけ 10分

道具返却

## 5 準備物

『交流の家』 フロアホッケー道具（スティック・ゴールポスト・パック）、ピブス 等  
『利用団体』 笛 等

## 6 気をつけたいこと

運動量の多い競技なので、ウォーミングアップを入念に行います。  
道具が破損した場合は、事務室への連絡をお願いします。