

# ボッチャボール

一言でいいますと

ボッチャは白ボールを狙って赤と青が投げ合い、どっちが近いかを競い合うスポーツです。

楽しむためであれば長いルールブックを読む必要はないんです。

「白ボールを狙って赤と青が投げ合う。近いほうが勝ち」これでも十分楽しめます。

ルールブックを読むと敷居が高そうに思えますが、かなりシンプルなスポーツです。

とはいえこれだけでは物足りない方もおられると思うのでもう少し詳しく書きます。

ルールブックから必要最低限を抜粋しての初心者向けボッチャ講座です。

①白ボールに向かって投げる

②ゲームの流れを覚える

③得点計算

の3つに分けて解説します。

「白ボールに向かって投げる」を覚えよう

「白ボールに向かって投げる」

極端な話これだけ覚えればゲーム参加は可能です。

私が初めてボッチャを指導したときはルール等はいいい加減でした。

教えたのは「白ボールに向かって投げてね」ということだけ。それでも成立するんです。

施設や学校などで教える際『白ボールに向かって投げてください』

とまず一言いってくださいね。

試合の流れを覚えよう



試合の流れです。

ポッチャは基本シンプルなスポーツなのですぐ覚えられると思います。

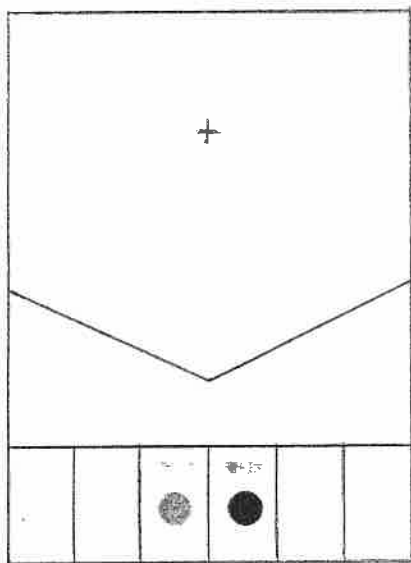
試合の流れその① 赤と青に分かれる。

別れ方は2通り紹介します。

公式な並び方と非公式なレクリエーションポッチャという並び方です。

どちらでも構わないのですが公式の並びはちょっと難しいので初心者が後述のレクリエーションポッチャの並びをおすすめします。

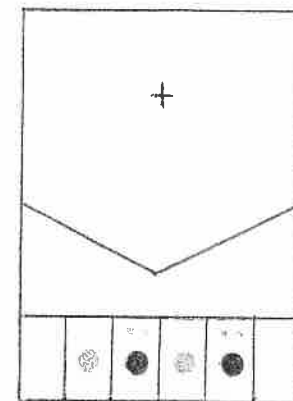
(慣れてきた人向け) 公式なポッチャの並び方。



これは1対1の場合です。

真ん中に二人が入り、6球ずつ投げます。

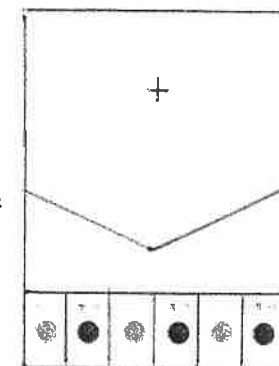
2対2の場合だとこうなります。



持ち球が3球ずつになります。並び方は中央に

交互に並んでいきます。

3対3はこちら



持ち球は一人2球ずつになります。

公式なポッチャは1対1、2対2、3対3で行うので

以上のどれか形が正式です。

とはいえ。

学校や施設では5人や10人でやる場合もあるはず。公式な並び方では不便でしょう。

先述しましたがポッチャは

「白ボールを狙って赤と青が投げ合う。近いほうが勝ち」

これが最も重要であってそれ以外のことはアレンジを加えても大丈夫です。

というわけでそのアレンジの仕方。

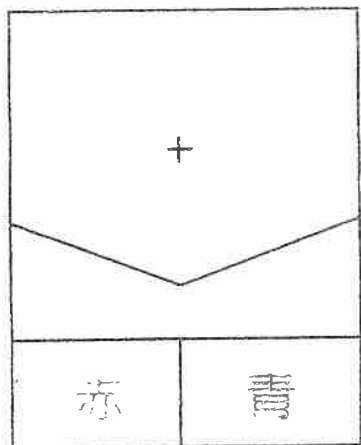
人数が3人や5人でも出来るレクリエーションポッチャの並びを紹介します。

### (初心者向け)レクリエーションポッチャの並び方

次はレクリエーションポッチャです。これは非公式なやり方ですが初心者はこちらの方が分かりやすいでしょう。

学校の授業や施設でのレクリエーションならこの形の方をおススメします。

繰り返しますが2対3というようなプレー人数が奇数の場合、6対6というような大人数でもプレー出来るからです。



中央線から左右に分かれていますね。

この分け方であれば5人の選手でも赤3人、青2人とすればゲームは成立します。

7人でも赤に4人、青に3人にすれば問題ないわけです。

よって学校や施設ではこちらがおススメなのです。

というわけで赤と青の別れ方でした。

次に投げる順序を説明します。

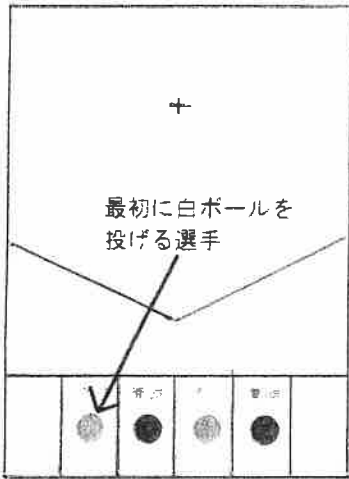
しついでですがポッチャは

「白ボールを狙って赤と青が投げ合う。近いほうが勝ち」

が最も大切なことなので分かりにくければ投げる順序はアレンジしても大丈夫ですよ。

### 試合の流れその② 赤が白ボールをコートに投げ入れる。

赤の人がボールを投げ入れてください。2対2のポッチャコートで説明しますと以下の通りです。



一番左側の赤の人が最初に白ボールを投げます。

試合の流れその③ 白ボールを投げた人が引き続きボールを投げる。

白ボールを投げた人が引き続き自分のボールを投げます。

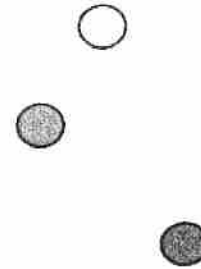
試合の流れその④ 青が投げる。

青が投げる際は誰が投げても構いません。

試合の流れその⑤ 白よりも遠い方のチームが投げる。

ここで「白に近いボールはどちらか」をジャッジしてください。白に遠い方が投げます。

例えば下の画像をご覧ください。



白に遠いのは赤でしょうか？青でしょうか？

答えは青ですね。よって次に投げるのは青です。遠い青が投げます。

正式なポッチャでは「白に遠い方が投げ続ける」と覚えてください。

※とはいえ初心者であれば正式ルールを守らずに赤、青、赤、青、と交互に投げ合ってもゲームは成立しますよ。

試合の流れその⑥ 全球投げ終わったら得点計算をする

ポッチャはお互いの持ち球は全て投げきります。

1 セットは遠い方が投げ合い、赤 6 球、青 6 球と投げ終わって終了となります。

それでは最後の得点計算の方法です。

くどいですがポッチャは

「白ボールを狙って赤と青が投げ合う。近いほうが勝ち」

これが基本原則です。ここだけを抑えればゲームは成立します。

そして次に覚えるべきは得点計算方法です。

並び方や順番はいい加減でもゲームは成立します。

ただ得点計算はなるべく覚えておいてください。

超シンプルに言えば

・「白ボールに向かって赤と青が投げ合う。近い方が勝ち」を理解している

・得点計算ができる

この2点さえ抑えれば十分なんです。

それでは得点計算の方法です。

練習問題もつけましたのでじっくりマスターしてください。

## 得点計算をしよう



それでは得点計算の解説になります。

最初は難解に感じるかもしれませんが、何回か経験すればすぐに体得できます。

ボールが手元にある場合は、実際に同じ形にしてみると理解が早いですよ。

白ボールに注目してください。白に近いのは何色でしょうか??

答えは赤ですね。

全球投げ終わって、白ボールに一番近いのは



赤なので赤の勝ちです。

得点計算は

相手ボールよりも何個近づけられたか、その個数が得点となる。

と覚えて下さい。

相手よりも2個近かったら2点です。3個近かったら3点。そのままです。

もう一度画像を見てみましょう。

白に近いのは赤なので赤が勝ちです。



点数は相手ボールよりも何個近づけられたか、その個数が得点となる。

となるのです。つまり赤の1点ですね。



ではこの場合はどうでしょう？

「??」と思うかもしれませんが得点計算の原則を思い出してください。

相手ボールよりも何個近づけられたか、その個数が得点となるです。

白に近いのは赤ですね。

赤は青より1個近いので、先ほどと同じく赤1点です。



そして点数が赤だけに入ります。赤1点で青は0点です。

それでは練習問題といきましょう。

第1問です。得点計算をしてください。

まずどちらが勝ちかを確認しましょう。

白に近いのは赤なので赤の勝ちです。

次に白ボールと青の距離をみます。

白からより赤が2つ近いです。よって2点です。



計算のコツとして補助線で○を入れますね。ご覧ください。

○は白と一番近い青との距離を表しています。



つまり白と青の半径に何個あるか、で数えて得点計算するのです。

○の中にある赤の個数がそのまま赤の得点数となります。

点線の○が白から青の半径です。この半径内にある赤は2個です。よって赤の2点になります。

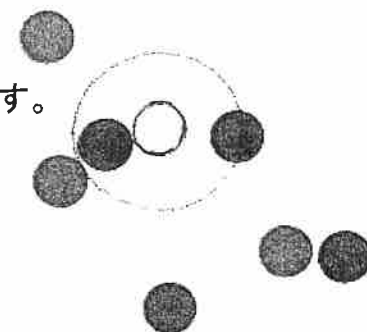
この半径の考え方をマスターすると非常に楽です。

では第2問です。

得点計算をしてください。

白に近いのは青です。よって青の勝ちです。

そして負けた側は赤となりますね。



次に白ボールと赤の距離をみます。

白から赤の半径にある青の個数がその

まま青の得点数となります。

画像で確認しますね。

点線の○が白から赤の半径です。この半径内にある青は2個ですね。※右側の青は赤よりもボール半分ほど近いので得点となります。

半径内に青は2個ですので青の2点です。

以上となります。こちらが入門者がまず覚えるべきポイント3つです。

『白ボールに向かって投げる』

『試合の流れを覚える』

『得点計算をする』

このの3つを押さえれば最低限のポッチャは成立します。

「なんだかややこしいな」と感じるのであれば

・「白ボールに向かって赤と青が投げ合う。近い方が勝ち」を理解する

・得点計算を覚える

これだけでもポッチャは楽しめます。

## コート

競技は、12.5m×6mのコートで行われます。

選手は2.5m×1mのスローイングボックス内でプレーをします。個人戦ではボックス③④(③が赤、④が青)、ペア戦ではボックス②～⑤(②④が赤、③⑤が青)、チーム戦ではボックス①～⑥(①③⑤が赤、②④⑥が青)を使用します。

