

活動名	ユニホック（ネオホッケー）			
	専用のプラスチック製のスティックと穴の開いたボールを使い、安全性を高めたミニホッケーの一種です。			
活動のねらい	○考えた戦略をチーム内で話し、コミュニケーションをとりながら試合をすることで、協調性を育みます。			
育つ力、身につく力	協調性・戦略を立てる思考力			
活動条件	実施場所	体育館	集合場所	実施場所
	所要時間	—	人数	12名～
	開始可能時間	—	対象	小学3年生以上
	実施時期	通年	その他	
	職員による指導の内容	こちらは自主活動となります。職員による指導はありません。		
	引率者の役割	活動の説明、進行、安全指導、チーム・対戦順決め		
準備するもの	交流の家で用意するもの（貸出し）		購入していただくもの	
	☆ユニホック用具一式 ・スティック ・ボール ・ゴール		☆1セット 1,000 円/日（レンタル）	
			団体で用意するもの	
			☆なし	
活動の流れ （90分間の例）	活動項目	所要時間	活動内容（例）	
	活動準備	5分	<input type="checkbox"/> 必要な用具の準備 →体育館器具室Cの倉庫から出す。 ※器具室Cは施錠しているため、事務室に声をかけ、担当職員と一緒に物品を確認する。	
	活動	70分	<input type="checkbox"/> 試合の進め方とルールの確認 ・スティックの扱い方。 ・コートラインやサイズの確認。 ・反則事項の確認など。 <input type="checkbox"/> チームごとにボールのパスの練習 ・打ち方のコツなどをチーム内で共有する。 <input type="checkbox"/> 対戦スタート ・チーム内で作戦を立てながら試合を進める。 ・対戦のないチームが審判を行うことも可能。	
	ふりかえり	10分	<input type="checkbox"/> 活動を行った感想をチーム内で共有する。 <input type="checkbox"/> 仲間の良かった点や掛けられて嬉しかった言葉を伝える。	
	活動後	5分	<input type="checkbox"/> 物品を片付ける。 ※器具庫Cから出した物品は扉の前に置く。 <input type="checkbox"/> 活動が終了したことを事務室に伝え、破損等があった場合は報告する。	
注意事項	○ヒット時にスティックを振り上げて、他のプレイヤーにケガをさせてしまう場合がありますので、膝より上でスティックを扱わせないように指導を徹底してください。			

ユニホック（ネオホッケー）について

【コート】

20～30m×10～15m程度のコート（約バスケットコートの広さ）

【選手】

6人ずつのプレイヤーが2チームに分かれ、プレーします。

【ゲームの進め方】

(1) 試合時間は5分～10分で、プレイヤーの年齢等を考慮して決める。

(2) フェイスオフにより試合を開始する。

※フェイスオフは、審判が床にボールを落とし、両チーム1名がスティックでボールを取り合うこと。

(3) プレー中はどんな方向でもパスやドリブル、ヒットをすることができる。

(4) 得点は1ゴール1点。

(5) 反則があった場合は、反則の内容によってペナルティストロークまたはフリーストロークを行う。

※フリーストロークは反則があった場合やコートの外にボールが出た場合に行う。直接ゴールを狙うこともできる。相手プレイヤーは3m以上離れなければいけない。

※ペナルティストロークでは、ゴールと7m離れた地点から、だれにも邪魔されず（キーパーも守ることができない）ゴールを狙うことができる。ヒットをするプレイヤー以外はペナルティポイントから2m以上離れ、ボールがゴールラインを越えるまで動くことができない。なお、ボールがゴールまで届かなかった場合はフェイスオフにより再開する。

(6) 同点の場合は5分間の延長戦を行う。それでも決着がつかない場合はサドンデス方式の延長戦を行う。

【反則事項】

- スティックのブレード部分が膝より高く振り上げてプレーした場合（フリーストローク）
- ボールがプレイヤーの足に当たりコースが変わった場合（フリーストローク）
- ボールを蹴った場合（フリーストローク）
- 手や膝をついて寝そべてプレーした場合（フリーストローク）
- ボールを手や腕で止めた場合（フリーストローク）
- スティックを投げてプレーした場合（フリーストローク）
- ボールコントロールをしないで、自分のスティックで相手のスティックを故意に打って妨害や押さえつけを行った場合（フリーストローク）
- 相手のプレイヤーを押し付けたり、つまずかせたり、蹴ったりした場合（フリーストローク又はペナルティストローク）
- その他、危険な行為を行った場合（フリーストローク、ペナルティストローク又は退場）

