

競
技
規
則

平
成
30
年
改
訂
版

公
益
財
団
法
人
日
本
ラ
グ
ビ
ー
フ
ツ
ト
ボ
ー
ル
協
会

競技規則

平成30年改訂版
競技規則

Laws of Game

ラグビー
U-12ミニラグビー
U-15ジュニアラグビー
19歳未満 国内高専・高校以下用

2018



JRFU Japan Rugby
Football Union
公益財団法人 日本ラグビーフットボール協会



すべての人を、夢中にできるか。

公益財団法人 **日本ラグビーフットボール協会**
JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION

平成30年改訂版
競技規則

Laws of Game

ラグビー
U-12ミニラグビー
U-15ジュニアラグビー
19歳未満 国内高専・高校以下用

2018



公益財団法人 **日本ラグビーフットボール協会**
JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION

CONTENTS

第一部

WRラグビー憲章 ————— 4

第二部

タグラグビー競技規則 ————— 14

第三部

ミニラグビーに携わる全ての皆様へ — 19

U-12ミニラグビー競技規則 ————— 23

第四部

U-15ジュニアラグビー競技規則 ——— 39

第五部

19歳未満 国内高専・高校以下用 競技規則 — 50

第一部 WRラグビー憲章

はじめに

単なる娯楽としてスタートしたラグビーというスポーツは、世界的なネットワークを誇るゲームへと変容を遂げ、巨大なスタジアムが建設され、複雑な運営組織が作り出され、複合的な戦略が構築されてきた。万人の強い興味と関心を引く活動がどれもそうであるように、ラグビーフットボールには多くの特徴があり、いろいろな側面がある。

ゲームをプレーすることと、それに伴うサポート活動とは別に、ラグビーには勇気、忠誠心、スポーツマンシップ、規律、そしてチームワークといった多くの社会的・情緒的概念が包含されている。この憲章は、競技方法と行動の評価を可能にするチェックリストを示すためにある。そしてその目的は、ラグビーがそのユニークな特徴をフィールドの内と外の両方で維持することを確実なものにすることにある。

この憲章は、ラグビーというスポーツをプレーし、コーチし、競技規則を作り、適用する際の基本原則を網羅している。この憲章は、競技規則とともに、欠かすことの出来ない重要なものであり、すべてのレベルでプレーする人たちのための基準を示すものである。

品位【INTEGRITY】

情熱【PASSION】

結束【SOLIDARITY】

規律【DISCIPLINE】

尊重【RESPECT】



品位

【INTEGRITY】

品位とはゲームの核をなすものであり、
誠実さとフェアプレーによって生み出される。

ゲームの原則

行動

フットボールの試合中にボールを最初に拾い上げ走ったと信じられている、かのウィリアム・ウェップ・エリスの伝説は、ラグビー校でそれが起きたと言われる1823年のその日以来、これを否定しようとする数え切れない人々の反論に対抗して強固に生き延びてきた。ラグビーという競技が、スピリットあふれるひとつの挑戦行動にその起源をもっていたに違いないと考えることは、ある意味適切である。

普通の観察者が見れば、一見矛盾の固まりのように思われるラグビーゲームの裏に、ゲームを支配する原則を即座に見いだすことは難しい。例えば、ボールを獲得しようとして相手に強烈な身体的圧力をかけていると見られることにはまったく問題はないが、それは故意に、あるいは悪意を持って怪我を引き起こそうとする行為とは全く別なものである。

これらはプレイヤーとレフリーが追求していかなければならない境界線であり、自制と規律を融合させ、個人及び集団でそれを明確に線引きする能力が求められ、行動の規範はその能力に依存しているのである。

精神

ラグビーの魅力の多くは、ラグビーが競技規則に記された文言に従うとともに、競技規則の精神の中でプレーされているという事実にある。これが確実に起きるようにする責任は一個人に帰するものではなく、コーチ、キャプテン、プレイヤーそしてレフリーを含むものである。

ゲームの精神は、規律、自制、相互の信頼を通してこそ繁栄するのであり、ラグビーのような身体的に激しいゲームの中においては、これらの資質がゲームの将来における成功と生き残りにきわめて不可欠な友情とフェアプレーの感覚を築くのである。

それらは時代遅れの伝統と美徳かもしれないが、時の試練に耐えてきたものであり、ゲームがプレーされるすべてのレベルにおいて、それらがその長く際だった過去を通じて重要だったように、ラグビーの将来に対しても依然として重要なものとして残っている。ラグビーの原則とは、ゲームが基礎をおく基本的な要素であり、ゲームに参加する者は、ゲームの原則によって、どこにゲームの特徴があるのか、そして何がラグビーを一つのスポーツとして際立たせているのかを、直ちに認識することが可能になる。



情熱

【PASSION】

…ラグビーに関わる人々は、ゲームに対する情熱的な熱意を持っている。ラグビーは、興奮を呼び、愛着心を沸かせ、世界中のラグビーファミリーとの一体感を生む。

目的

ゲームの目的は、それぞれ 15 名からなる 2 つのチームが、フェアプレーに則り、競技規則に従い、スポーツ精神に基づき、ボールを持って走り、パス、キックおよびグラウンディングして、できるかぎり得点を多くあげることである。

ラグビーは世界中で成人男性、成人女性、少年、少女によってプレーされており、6 歳から 60 歳に至る 300 万人以上の人々が定期的にラグビーのプレーに参加している。

ゲームに求められるスキルと身体的条件に多様性があるため、あらゆる体型、サイズそして能力を持つプレーヤーがプレーに参加する機会を、すべてのレベルにおいて得ることになる。

ボールの争奪と継続

ボール獲得のための争奪は、ラグビーの鍵となる特徴の一つである。この争奪はゲームを通して、いろいろな形で発生する。

- コンタクト時に
- 一般のプレーで
- スクラム、ラインアウト、そしてキックオフでプレーが再開されるときに

ボールの争奪はその前のプレーにおいて示された優れたスキルに報いるようにすることでバランスが保たれる。例えば、プレーを継続する能力がないためにタッチにボールを蹴り出すことを強いられたチームは、ラインアウトでの投入を認められない。同様に、ボールを前に落としたり、前に投げたりしたチームは、その後のスクラムでのボール投入が許されない。ボール投入の際、ボールを投入するチームに常に優位性があるには違いない。しかしここでも再び、これらのプレーの中で公平なボール争奪が可能であることが重要である。

ボールを保持しているチームの目的は、相手のボール獲得を否定し、継続を維持し、スキルに富んだプレーで前進し、得点を上げることである。これに失敗するということは、ボールを支配しているチームの側の能力不足の結果として、あるいは相手防御の優秀さのために、相手にボールを譲り渡すことを意味する。つまり、ボール争奪と継続、利益と損失ということである。

一つのチームがボール保持の継続を維持することを試み、一方相手チームはボールの争奪に励む。このことがプレーの継続とボール保持の継続との必須のバランスを提供する。争奪の可能性と継続というこのバランスは、セットピースと一般プレーの両方に当てはまる。



結束

【SOLIDARITY】

…ラグビーは、生涯続く友情、絆、チームワーク、そして、文化的、地理的、政治的、宗教的な相違を超えた忠誠心につながる、一つにまとまった精神をもたらす。

競技規則の原則

競技規則は以下の原則を拠り所としている。

すべての人にとってのスポーツ

競技規則は、異なった体格、スキル、性、そして年齢のプレーヤーに、それぞれの能力のレベルにおいて、コントロールされた競争的で楽しい環境において参加できる機会を提供する。競技規則に関する完全な知識と理解を有することは、ラグビーをプレーするすべてのプレーヤーにとっての義務である。

独自性の維持

競技規則は、スクラム、ラインアウト、モール、ラック、そしてリスタートを通じて、ラグビーの持つ他にはない特徴が維持されることを保証する。また、ボール争奪と継続に関連する鍵となる特徴、すなわち後方へのパス、攻撃的なタックルも同様である。

喜びと楽しみ

競技規則はプレーをする上で楽しく、見る上でおもしろいゲームのための枠組みを提供する。時として、この二つの目的が両立しがたいように思われる場合があるが、そのような場合には、プレーヤーにプレーヤーの持つスキルを自由に発揮できるようにさせることで、喜びと楽しみが大きくなる。この適切なバランスを達成するために、競技規則は常に見直されている。

適用

プレーヤーには競技規則を遵守し、フェアプレーの原則を尊重するという最優先の責務がある。

競技規則は、ゲームがラグビーの原則に従ってプレーされるのを保証するように適用されなくてはならない。レフリーとタッチジャッジはこれを、公平さと一貫性と繊細さと、そして最高のレベルにおいては、管理を通して達成できる。その返礼として、マッチオフィシャルの権威を尊重することはコーチ、キャプテン、そしてプレーヤーの責任である。



規律

【DISCIPLINE】

…規律は、ゲームに不可欠なものであり、フィールドの内と外の両方において、競技規則、協議に関する規定、そして、ラグビーのコアバリューの順守を通じて示される。

おわりに

ラグビーは、成人の男性にとっても女性にとっても、少年にとっても少女にとっても価値のあるスポーツである。ラグビーは仲間の競技者との間のチームワーク、理解、協力、そして尊敬を作り上げる。その基になるのは、それらがいつでもそうであったように、参加する喜び、ゲームが要求する勇気とスキル、関与するすべての人々の人生を豊かにするチームスポーツへの愛、そしてゲームにおいて共有される興味を通して築かれる生涯の友情である。

そのような偉大な友情が試合の前にも後にも存在するのは、ラグビーの持つ激しい身体的・競争的特徴があるからである。競い合うチームのプレイヤーがお互いに楽しむという永きに渡って存在する伝統は、ゲームの中核となる部分として今日も存続している。

ラグビーはプロフェッショナルの時代の到来を完全に受け入れるようになったが、リクリエショナルなゲームとしての特質と伝統は残っている。伝統的なスポーツの特質の多くが弱められ、あるいは疑われる時代にあって、高い水準のスポーツマンシップ、倫理的な行動、そしてフェアプレーを維持する能力をラグビーが有することを、ラグビーは真に誇りに思う。この憲章は、これら大切に守られてきた価値を強めるための一助になることを期すものである。



尊重

【RESPECT】

…チームメイト、相手、マッチオフィシャル、
そして、ゲームに参加する人を尊重する
ことは、最も重要である。

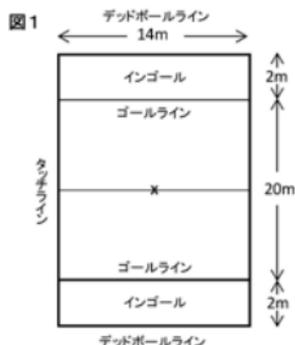
第二部 タグラグビー競技規則 JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION 2018

普及・競技力向上委員会では、平成20年に改訂された文部科学省「小学校学習指導要領解説体育編」にタグラグビーが例示され、平成29年の改訂では、学習指導要領そのものにゴール型の例示種目として記載されたことを受け、主に小学校の体育授業において活用されるものとして、以下にその競技規則を示すこととする。

なお、「全国小学生タグラグビー選手権大会」をはじめとする諸大会等においては、参加者の経験や力量などを考慮した上で、別途、当該の大会要項において定めた競技規則を適用されたい。

ゲームは、図1に示した形状のコートで行うが、子どもの実態に合わせて縦横の長さを工夫する。ボールは、タグラグビー用ボール等の楕円球を使用する。

全てのプレーヤーは腰の左右にタグをつけるが、そのつけ方については図2～7に示した点に注意する。1チームの人数は、4人ないし5人で行い、試合時間は5分ハーフ程度が一般的であるが、運動量が豊富なゲームなので、子どもの実態に応じた適切な時間を設定する。



タグの正しいつけ方と正しくないつけ方の例





図5
上着はできるだけパンツの中に入れる



図6
上着を入れずにタグをつけるとタグが取りにくい。また、取られた後につける際にも上着が邪魔になる。



図7
タグをわかりやすくするためパンツ等との同系色は避ける
× 左は緑と緑
○ 右は緑と赤

第1条 試合の開始と再開（フリーパス）

ジャンケン等により最初に攻めるチームを決める。

攻める側のチームの、コート中央からのフリーパスで試合を開始する。

フリーパスとは、ボールを持ったプレーヤーがその位置から動かずに、味方のプレーヤーに行うパスのことである。その時、相手チームはボールのある位置より5m（7歩）下がらなければならない。

フリーパスは、ゲーム開始またはトライ後の再開のためにコート中央から、また、ボールがコート外に出てしまった時にその場所から、あるいは反則が起こった時にその場所から、ゲームを再開するために行われる。

反則がインゴールの中やゴールラインまで5m以内で起きた場合は、フリーパスはゴールラインからコートの中央へ向かって5mの場所で行う。

フリーパスを受けるプレーヤーはパスを行う者の真横または後方2m以内に立ち、パスを受けてから走り出すこととする。

第2条 パス

ボールを持ったプレーヤーは、前後左右どの方向にも自由に動くことができる。パスはいつしてもかまわないが、ボールは真横か後方へしか投げることができない。

前へ投げてしまった場合は「スローフォワード」の反則となり、その場所から相手チームのフリーパスでゲームを再開する。前へとは、相手ゴールラインの方向である。

第3条 ノックオン

パスをとりそこねてボールを前へ落とすことは、スローフォワードと同じくボールを手で前へ進めたことになるので「ノックオン」という反則となる。

それが起きた場合は、その場所から相手チームのフリーパスでゲームを再開する。

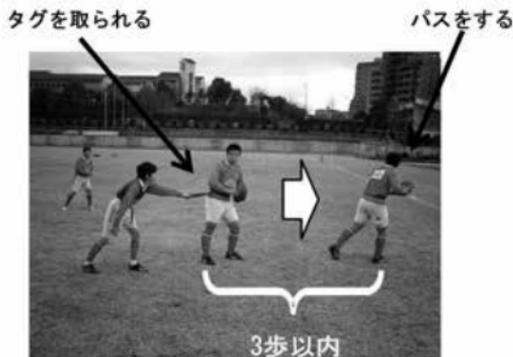
第4条 タグ

ボールを持って走ってくるプレーヤーの前進を、守る側はボールを持っているプレーヤーの左右どちらか一つのタグをとることで止めることができる。このプレーのことを「タグ」という。

守る側は、タグをとったら頭上に掲げ、皆に聞こえるように大きな声で「タグ！」とコールしなければならない。

タグをとられたプレーヤーは、すぐに走るのをやめて止まり、できるだけ早くボールをパスしなければならない。全速で走っていたとしても、タグをとられたらただちに止まることが求められる。めやすは3歩以内であるが、これはタグをとられてから3歩は動いてもよいことを意味するものではない。

図8
タグを取られたら
3歩以内にパス



タグをとったプレーヤーはそのタグを手渡しで返すまで、タグをとられたプレーヤーはとられたタグを返してもらって再び腰につけるまで、ゲームに参加することはできない。

攻めている側が4回タグをとられたら攻守交代となり、その場所から相手側のフリーパスでゲームを再開する。ただし、インゴールでタグをとられた場合は、ゴールラインからコート中央へ向かって5mの場所からゲームを再開する。

ボールを持っているプレーヤーは、タグをとりにくるプレーヤーから身をかわしてよいが、タグをとることをじゃましたり、とられないように手で押さえたり隠したり、ジャンプしたり体を一回転以上させることはできない。

第5条 オーバーステップ

タグをとられたプレーヤーがすぐに止まることができずに3歩を超えて動いてしまった場合は「オーバーステップ」の反則となり、その場所から相手チームのフリーパスでゲームを再開する。

第6条 得点の方法（トライ）

相手のインゴールの中に走り込んでボールを置けば「トライ」で1点となる。

トライの後は、得点をしていないチームのコート中央からのフリーパスでゲームを再開する。

ゴール直前でタグをとられたがそのままインゴールに入ってトライした場合は、トライは認められず、ゴールラインから5mの場所まで戻ってフリーパスでやり直すこととする。つまり、腰に2本のタグをつけたプレーヤーだけがトライできる。

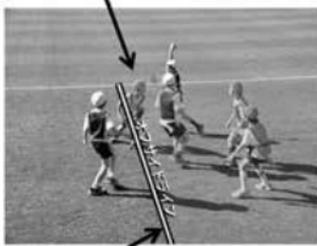
それまでにとったタグの回数は継続とし、ゴール直前でとったタグが規定の回数であったならばそこで攻守交代となる。

第7条 オフサイド

守る側のプレーヤーが故意にボールより前（オフサイドラインより前）の位置に立って攻める側のタグ後のパスをじゃましたり、横取りしたり、パスを受けるプレーヤーの近くまであらかじめ先回りしてタグをとろうとするなどのプレーは「オフサイド」の反則となる。オフサイドが起こった場合は、その場所から攻めていた側のフリーパスでゲームが再開される。タグの回数はリセットされてゼロとなる。

タグが起こったら、守る側のプレーヤーはボールより自分たち側のサイドに戻るよう努めなければならない。

図9 タグを取られたプレーヤー



タグを取られた直後に、オフサイドラインが生まれる

図10 オフサイドライン内でパスカット



守る側がオフサイドラインまで下がらずにパスカットすると、オフサイドの反則となる。

図11



オフサイドライン

守る側はタグが起きたら、オフサイドラインまでいったん戻らなければならない。

第8条 タッチ

ボールを持ったプレーヤーがタッチラインを踏んだり超えたり、パスしたボールがコートの外に出てしまった場合は、その場所から相手チームのフリーパスで再開する。

タッチに出てしまった守る側のチームは、フリーパスを行う場所からタッチラインに垂直に引かれる仮想の線から、全てのプレーヤーが5m下がらなければならない。

第9条 危険なプレー等

タグラグビーでは全ての身体接触および身体接触を誘発するプレーが禁止される。タグをとりにきた手を払う、体当たりをする、相手をつかまえる、また、両手を広げて守ることもしてはならない。

また、タグラグビーではボールをキックすることはできない。

これらの反則が起こった場合、反則が起きた場所から反則をしていない側のフリーパスでゲームは再開される。

指導上の留意点

タグラグビーの経験が浅い段階では、ノックオンは反則としなくてもかまわない。その際には、地面に落ちたボールはそれを落としたプレーヤーが拾っても相手側のプレーヤーが拾ってもよいが、ボールは立ったまま拾うこととし、ボールへ飛び込む等のプレーによる身体接触が生じないように注意する。

経験が浅い段階ではタグをとった回数は数えなくてもよいが、レベルが高まってきたら、守る側が4回タグをとったら攻守交代という規則で行う。タグの回数は、コートの広さやプレーヤーの力量に応じて3~5回程度で工夫する。

経験が浅い段階では、タグをとられた後に止まろうとしているならば、オーバーステップの反則は厳格にとらなくてもよい。それが起こっても、その場所までいったん戻ってパスをやり直すなどの適用が考えられる。

経験が浅い段階では、ゴール直前でタグをとられても、直後(3歩以内)にインゴールに入ったトライは認めることにしてもよい。ただし、タグをとられたらただちに止まらなければならないので、故意に止まらずにトライをとりに行くことのないよう注意する。

堅いグラウンドや体育館でプレーする時は、ボールを持ったプレーヤーがゴールラインを駆け抜けければトライとしてかまわない。

経験が浅い段階では、タグをとられたプレーヤーが行う最初のパスを守る側のプレーヤーはとれないしじますることもできないという規則で、オフサイドをゆるやかに適用してもよい。

〔ミニラグビーに携わる全ての皆様へ〕 (コーチ・レフリー・応援者)

1. ミニラグビーとは・競技規則制定の前提

ミニラグビーとは、ラグビーフットボールの魅力を広く普及するために作られた、幼児・児童のためのラグビー型ボールゲームです。競技規則は、これをプレーする人たちが幼児や児童（以下子ども）である、という前提に立って制定されています。

2. ミニラグビーでの最優先事項「安全」について

以下の点に留意して、子どもが安全にプレーできる環境を整えてください。

(1) 子どもの年齢、体力や発達段階、天候、グラウンドコンディション等を考慮した練習・試合を計画、実施してください（特に練習や試合での水分補給については十分に注意を払うこと）。

(2) ラグビーの魅力の一つとしてコンタクトプレーを挙げる人も少なくありません。しかし、それはプレーヤーの安全性が保証された上で初めて「魅力」と呼べるものです。怪我をする、あるいは相手に怪我をさせる危険性を承知の上でプレーする、させるなどという事態があってはなりません。

特にミニラグビーに携わる大人は、怪我を誘発させるような行為・態度（たとえば、頭を下げて相手とコンタクトする、無防備な体勢でいる相手・体格差のある相手を力任せに突き飛ばす等）に関しては敏感であるべきです。ミニラグビーをプレーしたがために、子どもたちの将来が損なわれることはあってはなりません。仮にそのような事態が生じた場合、ラグビーそのものの存在も危うくなるでしょう。プレーヤーの安全確保は最優先事項であり、大人は、子どもたちの安全を保証した上でラグビーをプレーさせる義務があります。

①タックルやモール、ラック等コンタクトを伴うプレーを指導する際には、子どもの発達段階を踏まえた上で、コンタクト時の正しい姿勢を徹底させるとともに、スキル等の指導を十分に行ってください。

②同時に、コンタクトプレーを行う際には、自分だけでなく、相手の安全の確保も大切であることをあわせて指導してください。

(3) 指導者は積極的に安全対策講習に参加する、試合でレフリーを行った際に他の指導者と試合中のプレーの安全性について意見交換を行うなどして、安全対策への意識を高めるよう心がけてください。

3. 用具について

スパイクを使用する場合、プレーヤー及び指導者の靴底は非金属製の固定式スタッド及びブレードタイプのものとします。取替え式スタッドの使用は禁止します。

4. 指導者（コーチ・レフリー）の態度について

ミニラグビーは、ラグビーの普及を第一のねらいとして行われるものです。指導にあたっては、「Fight（闘志）」「Friendship（友情）」「Fair play（正しいプレー）」（以上「3F」）のコンセプトが具現化できるように指導・試合計画を立案するとともに、次に挙げるような、ラグビーの魅力・独自性を、練習や試合を通して子どもたちに体験させてあげてください。

- あらゆる体型、サイズ、能力、スキルを持つプレーヤーが参加できる。
- ボールをもって走る、パスする、キックするなど、多彩なプレーが見られる。
- プレーヤー自身がラグビー精神を理解し、フェアプレーの精神に則ってプレーを展開する。
- プレーヤー・コーチがレフリーの判定を尊重し、レフリーもプレーヤー・コーチに対し敬意を払っている。また、プレーだけでなく、「On Sideの精神…反則をしない」「No Sideの精神…試合が終わったら相手チーム、味方チームの区別なし」「For the Sideの精神…チームのために」（以上3Side精神）等のラグビー精神、ラグビー文化について、繰り返し指導してください。

5. 『ノーサイドの精神』について

日本ラグビー界で脈々と「ノーサイド」という言葉と精神が守り続けられてきたことが、ラグビー先進国の関係者から高く評価されています。今後も、日本ラグビーの文化を守り続けるためにも、子どもたちに「ノーサイド」のすばらしさを体感させてください。

(1) コーチとして

- ①試合に勝つことだけがミニラグビーをプレーする目的ではありません。
「全てのプレーヤーに全てのスキルを」を念頭に、ラグビーの魅力を体感できるようにしてください。また、「自らを抑制する謙虚な心と思いやり」をもったプレーヤーを育ててください。
- ②子どもは大人とは異なった身体的特性・精神的特性を持っています。指導に当たっては、自分の経験からだけではなく、プレーヤーの年齢や心理的、身体的発達特性を理解した上で、その時期に適した練習方法を計画してください。
- ③小学生やその保護者にとって、コーチはラグビー精神の具現者です。
 - レフリーに対して
 - オフィシャルに対して
 - 全てのプレーヤーに対して
 - ラグビーに対して
 どのように振る舞うのが正しいのかを態度・行動によって示してください。

- ④ミニラグビーの良いプレーは、コーチとプレーヤー、レフリーが一体となって作り上げてください。よいコーチは良い（ミニラグビーの）レフリーになれる可能性があります。どちらも体験してラグビーに関する知見を広げてください。
 - ⑤試合が終わったら、必ず相手チームのコーチ、レフリーと、危険なプレー、好ましいプレー等について、共通の認識が持てるよう意見交換をしてください。
 - ⑥試合後に子どもたちの交流がもたれている例は多くありません。「ノーサイドの精神」を養うためにも、簡単なアフターマッチファンクションやキャプテンのスピーチなどを実施し、相手チームとの友情を深める場を設けるようにしてください。
 - ⑦応援する保護者にも、ラグビーのプレーの魅力と独自の文化を広めていってください。特に、自分のチームだけでなく、相手チームのよいプレーについても拍手を送る、あるいは、相手の失敗を喜んだりしない、といった応援のマナーもラグビーの一部であることについては、機会あるごとにすべての保護者に伝えていただきたく思います。
- (2) レフリー、タッチジャッジとして
- ①子どもたちが楽しく・正しくラグビーをプレーできる環境を作るのがミニラグビーのレフリーの役割です。したがって、ゲーム中の事実を判定するだけではなく、ミニラグビー指導者としての立場が要求されることを認識してください。
 - ②レフリー・タッチジャッジは中立的立場であり、どちらのチームに対しても助言等をしてはいけません。（危険なプレー、オフサイド等の反則を予防する為の指導は除きます）。プレーヤーに戦術的・戦略的な助言はできませんが、建設的な、良いプレーをしてもらうための声かけは必要です。短く、分かりやすい言葉をかけてあげて、子どもたちがプレーを継続できるようにしてあげましょう。
 - ③ハーフタイムは、ハーフウェイライン付近にとどまるよう努めてください。試合が始まったら、コーチではなくレフリー、タッチジャッジとしての行動を優先しましょう。
 - ④プレーヤーに敬意を表するためにも、清潔でレフリーにふさわしい服装、毅然とした態度、親しみやすい言葉遣いと表情を意識してください。
 - ⑤ノーサイドを宣した後、双方のチームに対し、意欲を喚起するような励ましの言葉をかけてあげてください。
 - ⑥試合後は、必ず双方のコーチと危険なプレー、好ましいプレー等について、共通の認識が持てるよう意見交換をしてください。

6. 応援者として

- (1) 自分のお子さんや、自分のチームのプレーヤーへの声援はもちろんです

が、相手チームのよいプレーについて賞賛してあげてください。

- (2) プレーヤーやレフリーへの暴言は厳に慎んでください。また、相手の失敗を嘲笑したり、自分のチームのプレーヤーの失敗を罵ったりすることはあってはなりません。もし、そのような方がいらしたら、周りの皆さんが注意をしてあげてください。

第三部 U-12 ミニラグビー競技規則 JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION 2018

はじめに

本年度、日本ラグビーフットボール協会（以下『日本協会』とする。）では7歳 - 12歳時期（以下『U-12』という。）の小学生プレーヤーに適用する、『U-12 ミニラグビー競技規則』を改定しました。

ミニラグビー競技規則制定に対する背景・趣旨

ミニラグビーは小学生以下の子ども達を対象としたラグビー型のボールゲームです。本競技規則は子ども達の年齢や発育段階を鑑みて、安全の確保を第一に考え、子ども達がより安全に・よりラグビーの魅力を感じてもらえるミニラグビーを実現する事を目的としています。また、ラグビーを知らない子どもや、ラグビー経験者ではない指導者などに対しても理解のしやすい競技規則の制定を目指しています。

本競技規則は以上の目的を大前提として考え、U-15 ジュニアラグビー競技規則やワールドラグビー（以下『WR』という。）競技規則との整合性を検証しつつ、日本協会独自で制定しています。

本競技規則の記載方法の変更とWR競技規則との相関

U-12 ミニラグビー競技規則は、日本協会独自に制定した条文を記載しているのは従前のおりですが、本年度は項目記号も原則としてWRの競技規則およびU-15 ジュニアラグビー競技規則に準拠しています。

WR競技規則に該当する項目がないため、U-12オリジナルとして追加している条文は、WR競技規則の項目の後のアルファベット記号を使用し、〔Original〕として表記しています。

また、低学年（U-8）、中学年（U-10）、高学年（U-12）と3つのカテゴリーに分け、U-12 ミニラグビー競技規則においてそれぞれ該当する条文を記載しています。

なお、WR競技規則との整合性を持たせるため、U-12 ミニラグビー競技規則の条文番号を、WR競技規則の条文番号に合わせて記載しています。

〔基本原則〕

U-12（12歳以下）の年代の試合に適用するU-12 ミニラグビーの競技規則は、WRが定める競技規則に準拠する。また、日本協会制定の高専・高校以下の為の特別競技規則、『U-15 ジュニアラグビー競技規則』の該当する条項に関してはそ

の趣旨を認識し準拠する。その中でU-12（12歳以下）に適用する独自の競技規則については、本U-12ミニラグビー競技規則において規定する。

低学年（小学校1・2年生：U-8）

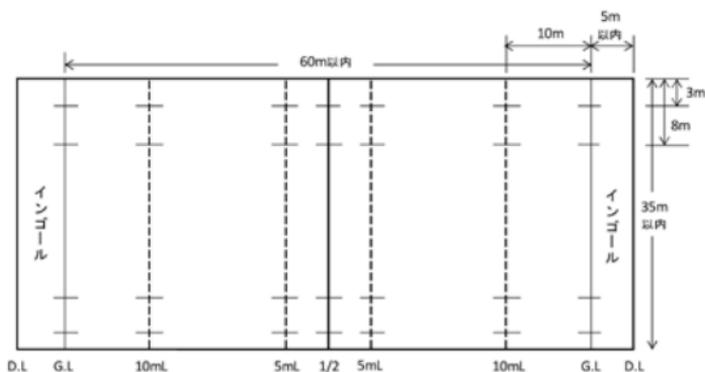
低学年（小学校1・2年生：U-8）の競技規則は、日本協会が制定する“タグラグビー競技規則”を適用する。

中学年（小学校3・4年生：U-10）

試合前

第1条 グラウンド

3. 競技区域の面積は、グラウンドの図に示されているとおりである。
フィールドオブプレー、及びインゴールの広さは以下のとおりとする。
60メートル以内×35メートル以内、インゴール5メートル以内。



第2条 ボール

4. 子どものプレーヤーによる試合は、小型のボールを使用してよい。
3号または4号ボールを使用する。

第3条 チーム

【人数】

1. チームは以下の人数で構成される。【Original】
7人（フォワード3人、ハーフバック1人、バックス3人）
2. 試合主催者は各チーム最大人数未満のプレーヤーによる試合を許可することができる。【Original】
5. 交代/入替えのプレーヤー数は、各主催協会の大会規則に準ずる。【Original】
33. 各協会に適用を委ねられる特別ルールとエージ制カテゴリー 【Original】
三支部協会の事前の承認の下、大会（試合）を主催するか管轄する各協会の決定により、登録プレーヤー、交替人数等について規定（ローカル）することができる。但し、本事項はその地域の実情に合わせて特例として認めるものであり、いかなる場合でもプレーヤーの安全を考慮した決定でなければならない。

第4条 プレーヤーの服装

3. 追加着用を認められているのは、以下のものである。【Original】
 - g. プレーヤーは試合中ヘッドギヤを着用しなければならない。（義務）
 - j. シューズは一体成型ゴム底のもの、ただし鋭い形状の部分や隆起している部分がないものであること、スタッドの取り替えられるものは禁止する。（禁止）

第5条 試合時間

1. 試合時間 【Original】

15分ハーフ以内（1日の試合総時間は原則50分以内とする）
いずれも試合間隔は環境に配慮して十分な休憩時間をとらなければならない。
なお、トーナメントで引き分けの場合でも、試合を延長してはならない。
2. ハーフタイム
ハーフタイム後、サイド交換をする。休憩時間は各協会主催の試合規定に準ずる。
11. その他、試合時間に関する規則 【Original】

1日に複数ゲームを行う場合、大会運営上の支障も考えられるがプレーヤーの健康管理上、プレーヤーが1日にプレーできる時間の上限を設定する。

試合中 試合を行う方法

第8条 得点

1. 得点の方法と点数

- a. トライ、または、ペナルティトライ5点

【トライ】

2. 攻撃側のプレーヤーが、以下の行為をしたらトライとなる

- a. 相手側のインゴールにおいて、最初にボールを相手側のゴールポスト、または、パッドにグラウンディングした。
 b. スクラム、ラック、または、モールがゴールラインに到達したときに、最初にグラウンディングした。
 c. ゴールラインの手前でボールがタックルされ、プレーヤーの勢いでそのまま地面を相手側のインゴールへと進み、プレーヤーがボールをグラウンディングした。
 d. 相手側のゴールライン付近でタックルされ、プレーヤーがすぐに手を伸ばし、ボールをグラウンディングした。
 e. タッチ、または、タッチインゴールにいてボールを持っていない状態で、相手側のインゴールにあるボールをグラウンディングした。

【コンバージョン、ペナルティゴール、ドロップゴール】【Original】

U-10 カテゴリーはコンバージョン、ペナルティゴール、ドロップゴールを適用しない。

第9条 不正なプレー

30. 危険なプレー、不行跡【Original】

- a. 防御の際に、相手をしっかりバインドせずに振り回す行為。
 b. ボールを持っているプレーヤーをチャージしたり、突き倒したり、あるいはタッチラインの外に突き出したりする行為。
 c. フェンドオフ（腕を横に振り、相手を払い除けるプレー）。
 d. モール・ラックを崩す行為。
 e. 頭部を相手に打ち付けるような姿勢で突進する行為。
 f. 安全が確保できないような体勢でボールを拾う行為。
 g. 相手に怪我をさせるような行為。
 h. 地上にあるオープンボールを相手陣に強く蹴り込む行為。

これらの行為は、実際に起きた場合だけではなく、その危険性が予見されればファウルプレーである。レフリーはアドバンテージを適用することなく速やかに試合を停止する。

判定に対する異議、相手の反則のアピール、相手への礼を失した言動等、スポーツマンシップを損なう行為は厳禁である。

罰： ペナルティキック

31. コーチについて【Original】

- a. 試合中、コーチは定められた区域内に位置し、プレーヤーに対して指導的な指示、助言を行える。ただし、子どもの自主性、判断力養成の観点から、人格を尊重した言葉で指導を行うこと。またレフリーの判定に異議を唱えたりしてはならない。上記のような言動が見られた場合、レフリーは、試合を停止しコーチに注意をする。それでも改善が見られない場合、そのコーチを退場させることができる。この場合の退場とは速やかに競技場を離れることである。
- c. コーチの不行跡により試合が停止した場合、試合再開は、スクラムで行い、プレーの停止が命じられたときにボールを保持していた側がボールを投入する。レフリーはコーチに注意以上の処分を与えた場合、試合終了後速やかに主催者にその旨を報告する。

試合中 フィールドオブプレーについて

第12条 キックオフと試合再開のキック

【タップキックについて】【Original】

- a. ミニラグビーにおけるタップキックは、ボールを地面に置き、手を使わず足だけでボールに明確に触れる事である。
- b. すべてのペナルティにおいて、反則を犯さなかった側はタップキックによってプレーを再開する。その際、相手側は反則のあった地点（または低学年のキックオフ・ドロップアウトの地点）からゴールラインに平行して少なくとも5メートル下がる。

【得点後のキックオフ、および、試合再開のキック】【Original】

- a. キックオフはハーフウェイラインの中央から行う。
- b. 得点後のキックオフは、得点した側のチームがハーフウェイラインの中央、またはその後方から行い、ドロップキックの代わりにパントキック、プレースキックが許される。
- c. キックオフは相手側の5メートルラインに達しなくてはならない。達しなかった場合はハーフウェイライン上中央のスクラムで再開する。ボールの投入はキックをしなかった側が行う。

【タッチダウン後の試合再開のキック】(10m地点でのドロップアウト)

ドロップアウトは10メートルライン上あるいはその後方の任意の地点から行う。

試合中 試合の再開

第18条 タッチ、クイックスロー、およびラインアウト

【クイックスロー】【Original】

クイックスローは認めない。

【キック】【Original】

ダイレクトタッチは10メートルライン内からのみ許される。10メートルラインの外からのキックが直接タッチに出た場合は、キックした地点で相手側にスクラムが与えられる。

【ラインアウトの形成】【Original】

ラインアウトは以下のように行う。なお、ラインアウトにおけるジャンパーに対するサポーターングプレーは禁止とする。

- ボールがタッチになった場合、ラインアウトによって試合を再開する。
- ボール投入は、ボールがタッチになった地点から行う。ただし、ゴールラインから5メートル以内ではラインアウトは行わない。
- ラインアウトに並ぶプレーヤーは1チーム2人である。先頭のプレーヤーはタッチラインから3メートル以内に立ってはならない。最後尾のプレーヤーはタッチラインから8メートルを越えて立ってはならない。
- ボールを投入するプレーヤーの相手は、ラインアウトに近接して、タッチラインから3m以内の位置にいないといけない。
- 双方のプレーヤーの2つのラインの間には明確な空間(1m)がなくてはならない。
- ラインアウトが終了するまで、ラインアウトに参加していないプレーヤーはラインオブタッチから少なくとも5メートルは下がっていないといけない。
- ボールが8mを超えて投げ入れられた場合、投入を再びやり直す。

【ラインアウトの開始と終了】【Original】

- ボールの競い合いはなく、必ずボール投入側がジャンプしてボールを取る。
- ボールを取ったプレーヤーは必ずハーフバックにボールをパスしなくてはならない。
- ハーフバックがボールをパスした時点でラインアウトは終了する。

第19条 スクラム

【スクラムの形成】【Original】

スクラムは以下のように行う。

- a. スクラムはフロントロー3人で形成される。
- b. フロントローのうち、中央のプレーヤーをフッカー、その両側のプレーヤーをプロップという。
- c. フッカーは味方の両プロップの腕の上からその身体に腕をまわして、しっかりとわきの高さか、またはその下をつかまなければいけない（いわゆるフッカーのオーバーパインドの組み方。肩口は脇の高さとは認められない）プロップも同じようにフッカーをつかまなくてはならない。
- d. スクラムを組み合う際、相対する双方のフロントローと目を見つめさせ、双方のフロントローは左右の足の位置をフラット（前後しない）にして、腰を落とし組み合う準備の姿勢を取らせる。レフリーはこの姿勢を【クラウチ】のコールで確認し、【タッチ】のコールで相手の上腕に軽く触れさせる。【ホールド】のコールで相手をつかんだまま静止状態を維持させ、その後穏やかに組み合う【エンゲージ】。
その際、お互いのフロントローのうち、左プロップは、左手を相手フロントローの右腕の内側に、右プロップは、右手を相手フロントローの左腕の外側になるようにして、相手フロントローのジャージーの背中または脇をつかむ。
- e. すべてのプレーヤーが頭と肩が腰より低くならないようになすすぐ組む。「ノンコンテストスクラム」ではあるが、お互いの体重を支え合うように組まなければならない。
- f. スクラムを形成するプレーヤーは、スクラムが終了するまでバインドしていなければならない。

【スクラムにおけるその他の制限】【Original】

- a. スクラムで、防御側のスクラムオフサイドラインがスクラムより3メートル下がっていることをいいことに、スクラムからボールが出る前に攻撃側のプレーヤーが後方より勢いをつけて走り込み、ハーフバックからフラットなパスを受けて突進を試みるプレーは、ペナルティキックまたはフリーキックにおけるいわゆる「キャバルリー・チャージ」に相当し、競技規則に反するプレーである。

罰： ペナルティキック

- b. ボール投入は行わず、その代わりにあらかじめフッカーの右足元（つま先の前）にボールを保持する。そのボールをフッカーが右足の裏で後方に押し出すことでプレー再開とする。
- c. スクラムが組まれるとオフサイドラインが生じる。
 - (1) 防御側のバックスのオフサイドラインは、スクラムを組んでいる味方

プレーヤーの一番後方の足から3メートル下がったゴールラインに平行な線である。

- (2) 防御側のハーフバックのオフサイドラインは、スクラムを組んでいる味方プレーヤーの一番後方の足を通りゴールラインに平行な線である。ただし、スクラムから1メートル以上離れるプレーヤーはハーフバックではなく、バックスと見なされる。その場合のオフサイドラインは上記『(1)』が適用される。一旦、『(1)』で定められたオフサイドラインに下がったハーフバックはスクラムが解消されるまで、そのオフサイドラインを超えてプレーすることはできない。
- (3) スクラムにおけるオフサイドの解消は、ボール投入側のハーフバックがボールをパスした時点とする。

第20条 ペナルティキックおよびフリーキック

【ペナルティキックおよびフリーキックが与えられるマークの地点】【Original】

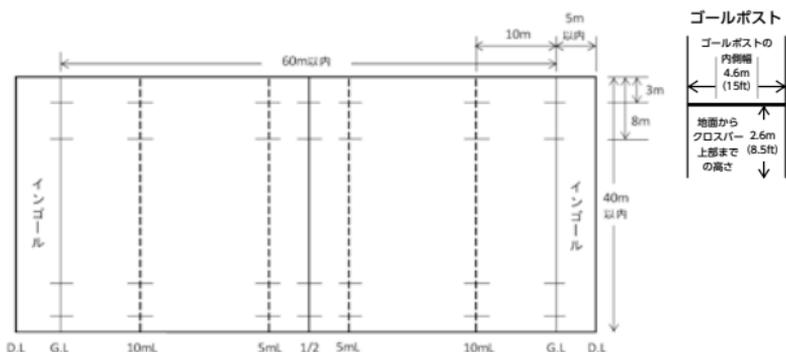
- a. すべてのペナルティにおいて、反則を犯さなかった側は相手側が反則を犯した地点からタップキックによってプレーを再開する。その際、相手側は反則のあった地点からゴールラインに平行して少なくとも5メートル下がる。
- b. 反則の地点が相手側ゴールラインから5メートル以内の場合は、マークは反則の地点を通る線上、ゴールラインから5メートルの地点でタップキックを行う。
- c. フリーキックも同様である。

高学年（小学校5・6年生：U-12）

試合前

第1条 グラウンド

3. 競技区域の面積は、グラウンドの図に示されているとおりである。フィールドオブプレー、及びインゴールの広さは以下のとおりとする。60メートル以内×40メートル以内、インゴール5メートル以内。



第2条 ボール

4. 子どものプレーヤーによる試合は、小型のボールを使用してよい。
4号ボールを使用する。

第3条 チーム

【人数】

1. チームは以下の人数で構成される。【Original】
9人（フォワード3人、ハーフバック1人、バックス5人）
2. 試合主催者は、各チーム最大人数未滿のプレーヤーによる試合を許可することができる。【Original】
各協会主催の試合規定に準ずる。
5. 交代/入替えのプレーヤー数は、各主催協会の大会規則に準ずる。【Original】
33. 各協会に適用を委ねられる特別ルールとエージ制カテゴリー 【Original】
三支部協会の事前の承認の下、大会（試合）を主催するか管轄する各協会の決定により、登録プレーヤー、交替人数等について規定（ローカル）することができる。但し、本事項はその地域の実情に合わせて特例として認めるものであり、いかなる場合でもプレーヤーの安全を考慮した決定でなければならない。また、本競技規則に対してローカルルールを優先することはできない。

第4条 プレーヤーの服装

3. 追加着用を認められているのは、以下のものである。【Original】
f. 安全を最優先する目的でマウスガードの装着をすることが望ましい。た

だし骨格の発育段階であり、永久歯に生え変わっていない乳歯のある場合、及び歯科矯正などを行っている場合もあるので、専門医に相談することをお勧めする。また歯型を取っての作成は、金銭的な問題もあるのでプレーヤー・保護者の判断に委ねる事とする。(推奨)

- g. プレーヤーは試合中ヘッドギヤを着用しなければならない。(義務)
- j. シューズは一体成型ゴム底のもの、ただし鋭い形状の部分や隆起している部分がないものであること、スタッドの取り替えられるものは禁止する。(禁止)

第5条 試合時間

1. 試合時間【Original】

20分ハーフ以内（1日の試合総時間は原則60分以内とする）

いずれも試合間隔は環境に配慮して十分な休息時間をとらなければならない。なお、トーナメントで引き分けの場合でも、試合を延長してはならない。

2. ハーフタイム

ハーフタイム後、サイド交換をする。休憩時間は各協会主催の試合規定に準ずる。

11. その他、試合時間に関する規則【Original】

1日に複数ゲームを行う場合、大会運営上の支障も考えられるがプレーヤーの健康管理上、プレーヤーが1日にプレーできる時間の上限を設定する。

試合中 試合を行う方法

第8条 得点

1. 得点の方法と点数

- a. トライ、または、ペナルティトライ5点
- b. コンバージョン2点

【トライ】

2. 攻撃側のプレーヤーが、以下の行為をしたらトライとなる

- a. 相手側のインゴールにおいて、最初にボールを相手側のゴールポスト、または、パッドにグラウンディングした。
- b. スクラム、ラック、または、モールがゴールラインに到達したときに、最初にグラウンディングした。
- c. ゴールラインの手前でボールがタックルされ、プレーヤーの勢いでそのまま地面を相手側のインゴールへと進み、プレーヤーがボールをグラウン

ディングした。

- d. 相手側のゴールライン付近でタックルされ、プレーヤーがすぐに手を伸ばし、ボールをグラウンディングした。
- e. タッチ、または、タッチインゴールにいてボールを持っていない状態で、相手側のインゴールにあるボールをグラウンディングした。

【コンバージョン、ペナルティゴール、ドロップゴール】【Original】

各主催協会の試合規定に準ずる。

ゴールポストの有無によっては、コンバージョンを適用する。(価値：2点)

第9条 不正なプレー

30. 危険なプレー、不行跡【Original】

- a. 防御の際に、相手をしっかりバインドせずに振り回す行為。
- b. ボールを持っているプレーヤーをチャージしたり、突き倒したり、あるいはタッチラインの外に突き出したりする行為。
- c. フェンドオフ（腕を横に振り、相手を払い除けるプレー）。
- d. モール・ラックを崩す行為。
- e. 頭部を相手に打ち付けるような姿勢で突進する。
- f. 安全が確保できないような体勢でボールを拾う行為。
- g. 相手に怪我をさせるような行為。
- h. 地上にあるイーブンボールを相手陣に強く蹴り込む行為。

これらの行為は、実際に起きた場合だけではなく、その危険性が予見されればファウルプレーである。レフリーはアドバンテージを適用することなく速やかに試合を停止する。

判定に対する異議、相手の反則のアピール、相手への礼を失した言動等、スポーツマンシップを損なう行為は厳禁である。

罰： ペナルティキック

31. コーチについて【Original】

- a. 試合中、コーチは定められた区域内に位置し、プレーヤーに対して指導的な指示、助言を行える。ただし、子どもの自主性、判断力養成の観点から、人格を尊重した言葉で指導を行うこと。またレフリーの判定に異議を唱えたりしてはならない。上記のような言動が見られた場合、レフリーは、試合を停止しコーチに注意をする。それでも改善が見られない場合、そのコーチを退場させることができる。この場合の退場とは速やかに競技場を離れることである。
- c. コーチの不行跡により試合が停止した場合、試合再開は、スクラムで行い、プレーの停止が命じられたときにボールを保持していた側がボールを投入する。レフリーはコーチに注意以上の処分を与えた場合、試合終了後

速やかに主催者にその旨を報告する。

試合中 フィールドオブプレーについて

第12条 キックオフと試合再開のキック

【タップキックについて】【Original】

- ミニラグビーにおけるタップキックは、ボールを地面に置き、手を使わず足だけでボールに明確に触れる事である。
- すべてのペナルティにおいて、反則を犯さなかった側はタップキックによってプレーを再開する。その際、相手側は反則のあった地点（または低学年のキックオフ・ドロップアウトの地点）からゴールラインに平行して少なくとも5メートル下がる。

【得点後のキックオフ、および、試合再開のキック】【Original】

- キックオフはハーフウェイラインの中央から行う。
- 得点後のキックオフは、得点した側のチームがハーフウェイラインの中央、またはその後方から行う。
- キックオフは相手側の5メートルラインに達しなくてはならない。達しなかった場合はハーフウェイライン上中央のスクラムで再開する。ボールの投入はキックをしなかった側が行う。

【タッチダウン後の試合再開のキック】（10m地点でのドロップアウト）

ドロップアウトは10メートルライン上あるいはその後方の任意の地点から行う。

試合中 試合の再開

第18条 タッチ、クイックスロー、およびラインアウト

クイックスロー 【Original】

クイックスローは認めない。

キック 【Original】

ダイレクトタッチは10メートルライン内からのみ許される。10メートルラインの外からのキックが直接タッチに出た場合は、キックした地点で相手側にスクラムが与えられる。

【ラインアウトの形成】【Original】

ラインアウトは以下のように行う。なお、ラインアウトにおけるジャンパーに対するサポーターングプレーは禁止とする。

- ボールがタッチになった場合、ラインアウトによって試合を再開する。
- ボール投入は、ボールがタッチになった地点から行う。ただし、ゴールラインから5メートル以内ではラインアウトは行わない。
- ラインアウトに並ぶプレーヤーは1チーム2人である。先頭のプレーヤーはタッチラインから3メートル以内に立つてはならない。最後尾のプレーヤーはタッチラインから8メートルを越えて立つてはならない。
- ボールを投入するプレーヤーの相手は、ラインアウトに近接して、タッチラインから3m以内の位置にいないといけない。
- 双方のプレーヤーの2つのラインの間には明確な空間（1m）がなくてはならない。
- ラインアウトが終了するまで、ラインアウトに参加していないプレーヤーはラインオブタッチから少なくとも5メートルは下がっていないといけない。
- ボールが8mを超えて投げ入れられた場合、投入を再びやり直す。

【ラインアウトの開始と終了】【Original】

ラインアウトは次の場合に解消する。

- ボールをもったプレーヤーがラインアウトの列から離れたとき。
- ボールまたはボールをもったプレーヤーが3mラインとタッチラインの間、あるいは8mラインを越えて移動したとき。
- ラインアウトでモール・ラックができた場合、その密集に参加しているすべてのプレーヤーの足がラインオブタッチを越えて移動したとき。
- ラインアウトの列から自陣方向にパス・キック・タックルされたボールにハーフバック役のプレーヤーが触れたとき。

第19条 スクラム

【スクラムの形成】【Original】

スクラムからの「キャプリー・チャージ」に相当するプレーを罰則対象とはしない。これは、攻撃側にも、スクラムの最後尾から3mのオフサイドラインが設けられているためである。したがって、このようなプレーは起こりえず、起きた場合はオフサイドの反則となり、相手にペナルティキックが与えられる。

- スクラムはフロントロー3人で形成される。
- フロントローのうち、中央のプレーヤーをフッカー、その両側のプレーヤーをプロップという。
- フッカーは味方の両プロップの腕の上からその身体に腕をまわして、しっかりとわきの高さか、またはその下をつかまなければいけない（いわゆるフッカーのオーバーバインドの組み方。肩口は脇の高さとは認められ

- ない)プロップも同じようにフッカーをつかまなくてはいけない。
- d. スクラムを組み合う際、相対する双方のフロントローと目を見つめさせ、双方のフロントローは左右の足の位置をフラット（前後しない）にして、腰を落とし組み合う準備の姿勢を取らせる。レフリーはこの姿勢を【クラウチ】のコールで確認し、【タッチ】のコールで相手の上腕に軽く触れさせる。【ホールド】のコールで相手をつかんだまま静止状態を維持させ、その後穏やかに組み合う【エンゲージ】。
- その際、お互いのフロントローのうち、左プロップは、左手を相手フロントローの右腕の内側に、右プロップは、右手を相手フロントローの左腕の外側になるようにして、相手フロントローのジャージーの背中または脇をつかむ。
- e. すべてのプレーヤーが頭と肩が腰より低くならないようにまっすぐ組む。「ノンコンテストスクラム」ではあるが、お互いの体重を支え合うように組まなければならない。
- f. スクラムを形成するプレーヤーは、スクラムが終了するまでバインドしていなければならない。

【スクラムにおけるその他の制限】【Original】

- a. スクラムは「ノンコンテストスクラム」であり、ボールの取り合い、押し合いはなく、ボール投入側が必ずボールを獲得するが、ハーフバックは、スクラムの中央に、まっすぐボールを投入しなければならない。ボール投入側が誤って相手側にボールを蹴ってしまった場合は、そのままプレーを続ける。フッカーは、故意にボールを相手側に蹴り出したり、自チームオフサイドラインまでボールを搔いてスクラムを終了させたりしてはならない。
- b. スクラムが組まれるとオフサイドラインが生じる。
- (1) スクラムに参加しないプレーヤー（ハーフバックを除く）のオフサイドラインは、スクラムを組んでいる味方プレーヤーの一番後方の足から3メートル下がったゴールラインに平行な線である。
- (2) スクラムにおいてボールを投入しない側（防御側）のハーフバックのオフサイドラインは、スクラムを組んでいる味方プレーヤーの一番後方の足を通りゴールラインに平行な線である。ただし、スクラムから1メートル以上離れるプレーヤーはハーフバックではなく、バックと見なされる。その場合のオフサイドラインは上記『(1)』が適用される。一旦、『(1)』で定められたオフサイドラインに下がったハーフバックはスクラムが解消されるまで、そのオフサイドラインを超えてプレーすることはできない。

【例外】

防御側がボールを獲得した場合、『(1)』まで下がった防御側のハーフ

バックは、獲得したボールをプレーするためにオフサイドラインを超えてプレーすることが許される。

- (3) オフサイドラインはスクラムが終了するまで解消されない。スクラムはボールを獲得した側のハーフバックがボールを触った時点で終了する。

【例外】

スクラムに投入されたボールが、スクラムに参加していないプレーヤーのオフサイドラインに偶然達した場合、スクラムは終了する。

- (4) スクラムへのボールの投入は、ハーフバックが行う。ハーフバックは、(3)【例外】の場合を除き、いかなる場合でもスクラムから出てくるボールを扱う最初のプレーヤーでなければならない。
- (5) ハーフバックは、あたかもボールに触れたかのようなそぶりやボールに触れずに時間を空費する行為をしてはならない。

第20条 ペナルティキックおよびフリーキック

【ペナルティキックおよびフリーキックが与えられるマークの地点】【Original】

- a. すべてのペナルティにおいて、反則を犯さなかった側は相手側が反則を犯した地点からタップキックによってプレーを再開する。その際、相手側は反則のあった地点からゴールラインに平行して少なくとも5メートル下がる。
- b. 反則の地点が相手側ゴールラインから5メートル以内の場合は、マークは反則の地点を通る線上、ゴールラインから5メートルの地点でタップキックを行う。
- c. フリーキックも同様である。

附記

【実施時期について】

平成 30 年改訂版 U-12 ミニラグビー競技規則は、原則として平成 30 年 4 月 1 日から適用します。

第四部 U-15 ジュニアラグビー競技規則 JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION 2018

はじめに

本年度、(公財)日本ラグビーフットボール協会では13歳-15歳時期(以下「U-15」という。)の中学生プレーヤーに適用する「U-15 ジュニアラグビー競技規則」を改定しました。

「競技規則に関する背景・趣旨」

(公財)日本ラグビーフットボール協会は、ワールドラグビー(以下「WR」)が目指すラグビーフットボール競技の健全な発展のための方向性を見据え、WRが定めるラグビーフットボール競技規則に照らし、日本国内独自で適用しているU-15 ジュニアラグビー競技規則が、その整合性を担保できるよう継続的に検討しています。当然なことですが、U-15世代の中学生のラグビープレーヤーにとって最良、かつ安全性を確保できることを原則として、より良いU-15 ジュニアラグビー競技の実現を目指し、同時にU-12(12歳以下)のミニラグビーからU-15のジュニアラグビー、そして高校生以上のフルラグビーという年代間の整合性についても、現状に照らして継続的に検証・検討しています。

本U-15 ジュニアラグビー競技規則では、12人制によるラグビーフットボール競技に加えて、U-15中学生世代が安全に7人制ラグビーフットボール競技を行えるよう定義していますことをご承知の通りです。

「本競技規則の記載方法の変更とWR競技規則との相関」

U-15 ジュニアラグビー競技規則は、WR競技規則に相違する箇所(読み替える箇所)のみを記載しており、項目記号も原則としてWR競技規則に準拠しています。

WR競技規則に該当する項目がないため、U-15オリジナルとして追加している項目は、WR競技規則の項目の後の数字、あるいはアルファベット記号を使用し、【Original】として表記し、加えて○囲みの数字で記載しています。

また、7人制競技において、本U-15 ジュニアラグビー競技規則を適用する箇所は、=7人制共通=と記載しています。

繰り返しますが、相違箇所(読み替え箇所)について、WR競技規則(含む「19歳未満標準競技規則」、加えて、7人制競技の項目では「7人制標準競技規則」の項目を含む)の項目記号をそのまま使用していますが、それ以外のWR競技規則をそのまま適用する箇所は本U-15 ジュニアラグビー競技規則には記載されていません。

このため、記載のないそれ以外の箇所は、WR競技規則(含む「19歳未満標準

準競技規則』、および JRFU の『19 歳未満国内高専・高校以下用競技規則』を、7人制競技では『7人制標準競技規則』を参照しなければならないことに留意して下さい。

【基本原則】

13 歳 - 15 歳時期（以下総称で使用する場合は「U-15」という。）の中学生プレーヤーの試合に適用する U-15 ジュニアラグビーの競技規則は、WR が定める「WR 競技規則 2018（含む『19 歳未満標準競技規則』）を、7人制競技においては『7人制標準競技規則』に準拠する。同時に（公財）日本ラグビーフットボール協会の定める『19 歳未満国内高専・高校以下用競技規則』に関してはその趣旨を認識し準拠する。

その中で U-15 に適用する独自の競技規則は、「本 U-15 ジュニアラグビー競技規則 2018」で規定する。

【適用・改定時期】

「WR 競技規則」の実施「試験実施ルール」の適用時期などは以下の通りとする。

- (1) 本競技規則は、原則として「WR 競技規則」の改定時期と同時に実施することとし、「U15 ジュニアラグビー競技規則」独自の事項の改定時期は、毎年4月1日とする。
- (2) 本競技規則では、試験実施ルールについては実施時期も含めて WR に準拠する。

試合前

第3条 チーム

【人数】

1. 各チーム、プレー中に競技区域内にいるプレーヤーの人数が 12 名を超えてはならない。
2. 1チームにつき 12 名より少ないプレーヤーによる試合は、試合途中において怪我や病気により出場選手が 11 名までは許可することができる。但し、チームは、試合開始時点では 12 名の健康な選手を揃えていなければならない。
5. その他の試合においては、交替/入替えのプレーヤーの数は最大 10 名までの範囲とする。
また、試合途中において、登録されたりザーブプレーヤー全員の交代を認める。

8. ベンチ入りプレーヤーの人数に対するフロントローの最低人数は5名とする。

【正式な交替・識別と退出】 = 7人制共通 =

23. 試合中のいかなる時点であっても、脳震盪を起こした、または、脳震盪の疑いがあるプレーヤーだけでなく、頭部打撲や頭部裂傷を負った場合も、そのプレーヤーはただちに競技区域から離れ、戻ってはならない。プロセスが、「識別」と「退出」である。

【一時的交替・出血を伴う負傷】 = 7人制共通 =

24. プレーヤーが出血の有無に関わらず負傷した場合、そのプレーヤーはフィールドオブプレーを離れ、一時的交替が認められる。負傷したプレーヤーは、出血している場合には出血が抑えられたら、および/または、出血箇所が完全に覆われ、且つ、出血を伴わない負傷の場合も含めて、安全にプレーの継続が可能であることを確認されたらただちに、プレーに戻る。

プレーヤーが競技区域から出て経過時間 15 分以内にフィールドオブプレーに戻ることができない場合、その交替は正式なものとなる。

34. 負傷したプレーヤーの交替 = 7人制共通 = = 19歳未満標準競技規則 =
戦略的理由で入れ替わったプレーヤーは、他にリザーブ選手がない場合には、負傷したプレーヤーの交替として、その試合に再び加わることができる。

35. 三支部協会に適用を委ねられる特別ルール【Original①】 = 7人制共通 =
三支部協会の事前の承認の下、大会（試合）を主催するか管轄する各協会の決定により、登録プレーヤー、交替人数等について規定（ローカル）することができる。但し、本事項はその地域の実情に合わせて特例として認めるものであり、いかなる場合でもプレーヤーの安全を考慮した決定でなければならない。また、本競技規則に対してローカルルールを優先することはできない。

〈補足〉支部協会とは、関東、関西、九州の各ラグビーフットボール協会をいう。

36. エージ制カテゴリー【Original②】 = 7人制共通 =

U-15（13歳 - 15歳時期）のプレーヤーに適用する本競技規則では、以下のエージ制カテゴリーを採用する。

- ・ U-15カテゴリーとは、中学2、3年生のプレーヤーで構成するチーム、および同チームによる試合
- ・ U-14カテゴリーとは、中学1、2年生のプレーヤーで構成するチーム、および同チームによる試合

- ・U-13 カテゴリーとは、中学1年生のみのプレーヤーで構成するチーム、および同チームによる試合

37. 12人制ラグビー競技のポジションと呼称【Original③】

〔ポジション配置〕U-15のジュニアラグビー競技規則における12人制ジュニアラグビーのポジションは、フロントロー3名、セカンドロー2名、スクラムハーフ1名、スタンドオフ1名、センター2名、ウイング2名、フルバック1名からなる。

〔ポジションの呼称〕呼称は以下の通りとする。



第4条 プレーヤーの服装

確認事項

3. 着用義務 = 19歳未満国内高専・高校以下用競技規則 = = 7人制共通 =
WRが本項目で追加着用を認めるものの内、以下のものは装着・装用を義務とする。
- f. マウスガード、歯を保護するもの
 - g. ヘッドギア

第5条 試合時間

1. 試合時間は以下の通りとし、如何なる場合も延長戦は認められない。= 19歳未満標準競技規則 =
- a. U-15 カテゴリーの試合は40分間とし（前後半に分け、各ハーフ20分を超えない）、そこに失われた時間を加える。
 - b. U-14、U-13 カテゴリーの試合時は30分間とし（前後半に分け、各ハーフ

フ15分を超えない)、そこに失われた時間を加える。

- c. なお、U-14カテゴリーの試合で、双方のチームの出場プレーヤーが全員中学2年生の場合は特例としてU-15カテゴリーの試合時間を適用することができる。

2. ハーフタイムは、試合主催者が決める5分を超えない休憩時間から成る。

11. 〈1日2試合実施する場合の実施時間〉【Original④】

- a. U-15カテゴリーでは、試合は34分間とし（前後半に分け、各ハーフ17分を超えない）、そこに失われた時間を加える。
- b. U-14、U-13カテゴリーでは、試合は1日1試合の場合と同様に30分間とし（前後半に分け、各ハーフ15分を超えない）、そこに失われた時間を加える。
- c. U-14カテゴリーの試合で、双方のチームの出場プレーヤーが全員中学2年生の場合は特例としてU-15カテゴリーの試合時間を適用することができる。

12. 〈1日あたりの試合制限〉【Original⑤】

- a. 中学3年生、中学2年生のプレーヤーは、1日70分を超える試合を行ってはならない。
- b. 中学1年生のプレーヤーは、1日60分を超える試合を行ってはならない。
- c. 協会は、チームに1日2試合を超えて試合を提供することはできない。

13. 〈1日2試合実施する場合の特例〉【Original⑥】

協会は、U-15カテゴリーの試合で1日2試合実施する場合でも、選手全員の交代を規定している場合等で、かつ1人の選手が1日70分を超えて試合に出場できないように規定し、十分に選手の出場時間を管理する場合は、特例として20分ハーフで実施することができる。

第9条 不正なプレー

【危険なプレー】＝7人制共通＝

11. プレーヤーは、無謀な、または、他者に対して危険な行為はいかなるものもしてはならない。以下は危険な行為となる。

・胸部よりも上への働きかけ・ノーバインドタックル・襟を掴む・後ろ等から肩口を掴む・体当たり・引き倒す・振り回す・突き倒す（押し倒す）・頭突き・逆ヘッドとなるタックル

罰： ペナルティ

【イエローカードとレッドカード】＝7人制共通＝

28. レフリーは、注意を与えて以下に定める時間の一時退出を命じたプレーヤーに対し、イエローカードを示す。同じプレーヤーがその後、別のイエローカードに相当する反則を犯した場合、そのプレーヤーは退場しなければならない。

一時的退出の時間は以下の通りとする。

- ・ U-15 カテゴリーの前後半 20 分ずつの試合では 5 分間
- ・ 前後半 17 分ずつの試合、U-14、U-13 カテゴリーの前後半 15 分ずつの試合は 4 分間

【危険なプレー・＝追加＝】

確認事項

30. <ローヘッド> = 19 歳未満国内高専・高校以下用競技規則 = 7 人制共通 =

いずれのプレーヤーもモールへの参加を含む全ての局面において頭を肩や腰より低く（ローヘッド）した状態でプレーをすることはできない。

具体的にはボールの争奪、及びタックル時、ボールを確保する行為、ラックの形成前からラック・モール形成時を含めた全てのプレーにおいて、故意、あるいは継続的に顔を下に向け、肩や腰よりも頭を下げたままプレーすることをいう。

ボールの位置から離れたスィープや頭が下がる突っ込み、ブリッジング、
或いはボールに対して蓋をするような行為もローヘッドとなる。

罰： ペナルティ

第 14 条 タックル

【プレーヤーの責任】 = 7 人制共通 =

7. タックルされたプレーヤーは、ただちに以下 a. - c. のことをしなくてはならない。なお、d. の行為は行ってはならない。

= 19 歳未満国内高専・高校以下用競技規則 =

- d. タックルされたプレーヤーが、あるいは地面に倒れたプレーヤーが、身体と地面の間にボールを確保し、足の間からボールを後方に押し出すプレー（「スクイーズボール」）をしてはならない。

罰： ペナルティ

※ a～c は、WR 競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略（WR 競技規則を参照）。

試合の再開

第 18 条 タッチ、クイックスロー、およびラインアウト

【ラインアウトの形成】

11. ラインアウトの形成は、各チーム2～5名のプレーヤーから成る。

罰： フリーキック

＝7人制共通＝

19. ラインアウトの中で、ボールに向かってジャンプする味方のプレーヤーをリフト、または、サポートするプレーヤーは、後方、正面からを問わずにジャンプするプレーヤーのパンツ（ショーツ）を順手で握ってサポートする。なお、プレーヤーの太ももを直接サポートすることはできない。サポート、又はリフティングは後方から1名、正面から1名の計2名で行い、味方のプレーヤーをプレグリップすることができる。

罰： フリーキック

【ラインアウトの最中】＝7人制共通＝

28. ラインアウトが開始したら、ラインアウトの中にいるいずれのプレーヤーも、a.～d.のことをしてよい。ただし、e.については以下の通りとする。e. ラインアウトにおいて跳び上がってボールを獲得した相手側プレーヤーが着地すると同時に臀部より下の膝や足首に入るようなタックルは危険なプレーとなる。特に相手と競り合うことなく、このようなプレーを意図的に行うことは禁止する。同時に宙に浮いていない着地直後にボールを持っている相手プレーヤーを引き倒す行為も危険なプレーとなる。

罰： ペナルティ

<補足>

a～dは、WR競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略（WR競技規則を参照）。

第19条 スクラム

【スクラムの形成】

5. いかなる場合も、各チーム5名がバインドする。各チームとも、フロントローにプロップ2名、フッカー1名、セカンドローにロック2名がいなくてはならず、この5人が入ってスクラムが完成する。

罰： ペナルティ

6. ＝19歳未満標準競技規則＝

どちらのチームもスクラムの人数は5名とする。

フロントローのポジション3名とロックのポジション2名のプレーヤーは全員、そのポジションにおいて適切に訓練されていなければならない。なんらかの理由で一方のチームが適切に訓練されたプレーヤーが揃えられない場合、レフリー（あるいは競技責任者）は、アンコンテストスクラムを命じな

ければならない。

- e. アンコンテストスクラムの適用【Original ⑦】 = 7人制共通 =
アンコンテストスクラムは、以下の通りにおこなう。
・ボールを取り合わない・ボール投入側が必ずボールを獲得する・双方スクラムを押してはならない
罰： フリーキック
<補足>
= 19歳未満標準競技規則 = の追加事項 a~d は削除する。

7. スクラムの中のプレーヤーは、以下のやり方でバインドする。

- c. ロックは、自分の前にいるプロップに外側の腕をまくようにバインドし、一方の腕で隣のロックと体を密着させてバインドする。同時に膝を上げて、頭を落とさないようにフロントローの間に確実にに入れて組む。
罰： ペナルティ
<補足>
a、b は、WR 競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略（WR 競技規則を参照）。d は削除する。

【スクラムの形成 = 追加 =】

40. 安全でしっかりとしたスクラムの形成【Original ⑧】 = 7人制共通 =
スクラムは以下の各カテゴリーのプレーヤーのスキルの習熟度に応じて安全でしっかりとしたスクラムを形成する。
a. U-15 カテゴリーでのスクラムは安全を確認した上で、しっかりと組み、かつ体重をかけあう。
b. U-14、U-13 カテゴリーのスクラムは、安全を確認した上で、しっかりと組み合う。但し、レフリー又は主催者は、安全が確保できないと判断した時は、選手の習熟度に対応したスクラムとする。
罰： フリーキック

【スクラムの最中】

= 7人制共通 =

18. スクラムが始まっても、両チームは押してはならない。
罰： フリーキック

= 7人制共通 =

19. フッキングによってボールが獲得できる。

= 7人制共通 =

20. プレーヤーは、まっすぐ、かつ、地面と平行に、体重をかけてよい。スクラムが50センチメートル以上移動してしまった場合は、元の位置に戻して再びスクラムを組む。

罰： フリーキック

＝7人制共通＝

25. スクラムが崩れた、または、スクラムの中にいるプレーヤーが持ち上げられた、或いは、スクラムの上に押し出されてしまった場合、レフリーは直ちに笛を吹き、他のプレーヤー達は体重をかけるのを止め一度、立ち上がる。

＝7人制共通＝

29. スクラムの中でプレーが始まったら、ボールを保持しているチームのスクラムハーフは、少なくとも片足をボールの近く、または、後ろに置く。

罰： ペナルティ

＝7人制共通＝

30. スクラムの中のプレーが始まったら、ボールを保持していないチームのスクラムハーフは、

- a. 片足でもスクラムの中心線を越えず、スクラムのそばに置いて位置につく、または、

罰： ペナルティ

※ b、c は、WR 競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略 (WR 競技規則を参照)。

【スクラムの終了】

36. スクラムが終了するのは：

- b. ボールが最後尾のプレーヤー (ロック) の足に到達し、そのチームのスクラムハーフによってプレーされた場合

罰： ペナルティ

※ a、c、d は、WR 競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略 (WR 競技規則を参照)。

【スクラムにおける危険なプレー、および、制限】

38. スクラムで禁じられているその他の行為： g は = 19 歳未満標準競技規則 = ※以下、g のみ = 7人制共通 =

- g. 相手側のゴールラインに向け、スクラムを押し、故意に体重をかけないか、あるいは引く。

罰： フリーキック

※以下、i~l は、【Original ⑩】

- i. プロップ以外のプレーヤーが、相手側のプレーヤーをつかむ。
- j. ロックが、腰や膝を落したり、外側に開いたり、スクラムの角度を変える、あるいは相手側のスクラムハーフのプレーを妨害する。
- k. 最後尾のプレーヤー（ロック）が、その足もとにボールがある状態で、故意にバインドをはずしてボールを拾い上げることによってスクラムを終了する。
- l. 故意にスクラムの中にあるボールをプレーヤーが足で最後尾のプレーヤーの横のスクラム外にボールを出すことによって、スクラムを終了させ、最後尾のプレーヤーがボールを拾い上げる。

罰： ペナルティ

※ a～f、h は、WR 競技規則と同様のため、本競技規則での記載は省略（WR 競技規則を参照。h は = 19 歳未満標準競技規則 = 記載事項。）

第 22 条 その他の規定【Original ⑩】 = 7人制共通・原則 =

本 U-15 ジュニアラグビー競技規則に加えて、JFRU「U-15 ジュニアラグビー競技ガイド」を準拠する。

<補足>

2018 年 4 月、「中学生安全競技基準」と「U-15 ジュニアラグビー中学生選手服装装程」を統合し、新たに「U-15 ジュニアラグビー競技ガイド」となった。

【ラグビー標準競技規則 7人制】

U-15 ジュニアラグビーでは、「7人制ラグビー競技」を実施することができる。

「WR 競技規則」（「19 歳未満標準競技規則」、「7人制標準競技規則」を含む）、及び JRFU が制定した「U-15 ジュニアラグビー競技規則【7人制共通】項目」に以下の変更（或いは追加）を加えたものを、7人制標準競技規則とする。

第 5 条 試合時間

1. 試合時間は 14 分とし（前後半に分け、各ハーフは 7 分を超えない）、そこに失われた時間を加える。延長戦は認められない。

14. 1 日複数の試合を実施する場合の試合数【Original ⑫】

U-15 競技規則において、7人制競技で 1 日複数の試合を実施する場合、以下の試合数の範囲とする。

- a. 選手は 7人制競技においては、1 日 3 試合を超えて試合を行ってはならない。
- b. 協会は 7人制競技においては、1 日最大 3 試合を超えて試合を提供することはできない。

以上

附記

【実施時期について】

平成30年改訂版 U-15 ジュニアラグビー競技規則は、原則として平成30年4月1日から適用します。

以上

第五部 19歳未満 国内高専・高校以下用 競技規則 JAPAN RUGBY FOOTBALL UNION 2018

〔基本原則〕

U-19（19歳未満、国内高専・高校以下）の年代の試合に適用するU-19の競技規則は、WRが定める競技規則に準拠する。

WR競技規則に該当する項目がないため、U-19オリジナルとして追加している条文は、WR競技規則の項目の後のアルファベット記号を使用し、〔Original〕として表記する。

※下記、競技規則は、19歳未満の国内競技規則（ローカルルール）です。19歳未満の標準競技規則（国際ルール）もありますので、WR制定のローブックにてご確認ください。

第4条 プレーヤーの服装

3. 追加着用を認めるもの（義務）

WRが追加着用を認めるものの内、以下のものは装着・着用を義務とする。

- f. マウスガード、歯を保護するもの
- g. ヘッドギア

第9条 不正なプレー

本則で規定された場合に加え、次のプレーを行ってはならない。〔Original①〕

本則で規定された場合に加え、次のプレーを行ってはならない。

- 30. 頭突き、体当たりおよび頭の下がったタックルすること。
- 31. ボールを持っているプレーヤーが故意に肘または膝を前に出して相手にあたること。
- 32. いずれのプレーヤーもモールへ参加する場合を含めて、全てのプレーや局面において頭を肩や腰より低く（ローヘッド）するプレーをすること。

罰：反則の時点においてペナルティ

第14条 タックル

プレーヤーの責任 〔Original②〕

- 11. タックルされたプレーヤー、あるいは地面に倒れたプレーヤーが、身体と地面の間にボールを確保し足の間からボールを後方に押し出すプレー（「スクイーズボール」）をしてはならない。

罰：ペナルティ

【全国高等学校体育連盟ラグビー専門部申し合わせ事項】**1 男女のゲーム等【Original ③】**

男女でのコンタクトプレーを伴う練習及び試合は原則として禁止する。

2 試合開始時の人数【Original ④】

公式戦においては、試合開始時に両チームともに15名が競技区域にいないといけない。

3 プレーヤーの服装【Original ⑤】

全国高等学校体育連盟ラグビー専門部プレーヤーの服装規定を遵守すること。



平成30年改訂版
競技規則

平成30年4月1日発行

編集 公益財団法人
日本ラグビーフットボール協会

発行者 公益財団法人
著作 日本ラグビーフットボール協会
〒107-0061東京都港区北青山2-8-35
電話 03-3401-3321
