

# オーストラリアンフットボール

## 2018年度ルール

～レクリエーション用～



<http://www.jafl.org>

Copyright (C) 2018 AFL Japan. All Rights Reserved

ボールの選択：

参加するプレイヤーにあわせたボールを選択する。

試合の人数：

試合で重要なことは全てのプレイヤーがフットボールを楽しむこと。もし人数が足らずにフルメンバーで試合を行うのが困難な場合は、両チームが同じ実力となるようコーチが人数の調整を行う。インターチェンジに制限はなく、試合中いつでも交替ができる。

試合時間：

参加人数や参加者のレベルによって試合時間は変更することができる。

※最大15分ハーフ もしくは最大10分クォーター

ゴールの大きさ

ゴールは通常のものと同じ広さ（6.4m）を採用する。

※ラグビーボールを使う場合、ゴール・ピハインドをラグビーボールと同じ幅に合わせる。

グラウンドの大きさ：

グラウンド、ゴールの大きさは参加するプレイヤーによって変更する。

経験の浅いプレイヤーが参加する際はグラウンドを狭くして行う。

試合開始時：

- 2人のプレイヤー同士でボールアップを行う
- できるだけ同じような体格のプレイヤー同士で行う
- まだボールアップをしていない希望者が優先的に行う
- 周りのプレイヤーは少なくとも1m以上離れて、2人の競り合いを邪魔してはいけない。

ボールアップ：

ボールアップの競り合いに参加するプレイヤーはボールをキャッチしてはいけない。プレイヤーはボールをパンチかタップしてチームメイトもしくはグラウンドにボールを落とす。他のプレイヤーもしくはグラウンドにボールが触れるまでボールアップの競り合いに参加

したプレイヤーはボールに触れることはできない。

アウトオブバウンス（バウンダリースローインの禁止）：

バウンダリースローインは行わず、ボールをバウンダリーラインの外に出したチームと反対のチームからのフリーキックで試合を再開する。

バック（ボールの取り合い）：

ボールに飛び込んではいけない。地面に転がるボールを拾うときには立ったまま拾う。同時にボールを拾った場合はボールアップから試合を再開する。

※小学生の場合、バックになる前に先にボールに触ったプレイヤーからのフリーキックとする。

ボールタッチの平均化：

プレイヤーがなるべく均等にボールに触れるように、アンパイアはボールアップ、キックイン、ファウル、[アウトオブバウンス](#)の後のフリーキックなどの機会にボールタッチの少ないプレイヤーからプレーを再開する。

ポゼッション：

ボールをキャッチしている、掴んでいるなどコントロールしている状態、またはボールが地面にあっても両手で押さえているときにポゼッションしているとみなされる。プレイヤーがボールをポゼッションしているときはそのボールを直接奪うことはできない。

タックル：

1、タックルはタッチで行う。

タッチされたプレイヤーは、3カウントもしくは3歩以内にボールを処理しなくてはならない。プレイヤーはボールをきちんと処理するチャンスが与えられている。プレイヤーの安全が第一優先事項であることを心掛ける。

2、相手にぶつかってはいけない。

ボールを競り合うとき、相手にぶつかってはいけない。

転がっているボールを拾う際は先に入ったプレイヤーの邪魔をしてはいけない。

空中にあるボールは先に落下地点に入ったプレイヤーの邪魔をしてはいけない。

3、相手の持っているボールをはたいたり、叩き落としたりしてはいけない。

偶発的なコンタクトプレイ：

コンタクトプレイは認められていない。ただし、ボールを取りに行く際の偶発的なコンタクト、肩同士の軽いコンタクトは起こり得る。

強引な突破：

相手にぶつかって強引に突破することや、ハンドオフ、相手の手を振り払うことは認められていない。このような行為があった場合は、相手チームにフリーキックが与えられる。

シェパーディング：

ボールをポゼッションしていないプレイヤーに対して、押したり肩で競り合ったりブロックしたりしてはいけない。

マークとプレーオン：

ボールが飛んだ距離に関わらずキックされたボールを直接キャッチしたときにマークとなる。また、プレーオンは認められている。

走る距離：

ボールを持って走る際は15m毎にボールを地面につけなくてはならない。

グラウンド上のボールを直接蹴る：

周りにプレイヤーがいない場合のみ認められる。チームに関わらずプレイヤーがいた際はキック・イン・デンジャーとみなされ、相手チームのフリーキックとなる。

ゴール：

相手にタッチされたプレイヤーがキックしてゴールを入れた場合は、1点（ビハインド）

となり、ディフェンスチームのキックインから試合が再開される。相手にタッチされる前にゴールしたときのみ、6点が与えられる。

退場のルール：

退場のルールは適用されない。乱暴な言葉使いやスポーツマンシップに反する行為、アンパイアへの抗議などはコーチやアンパイアがプレイヤーに指導して止めさせる。

前進のペナルティー：

マークやフリーキックが与えられた後に相手プレイヤーが邪魔をしたとアンパイアが判断した場合はゴールに向かって20mの前進のペナルティーが与えられる。マークのポイントから前へ出る、遅延行為、不正な言動、なども同様である。

コーチ：

コーチはグラウンド上で教えることができ、プレイヤーに声をかけることができる。

試合でのマナーについて：

アンパイアはプレイヤーにルールや進行方法を教える。プレイヤーとコーチとアンパイアは互いに尊敬し合う。

その他のルール：

その他のルールについてはAFLの公式ルールを適用する。また、年齢やプレーするグラウンドの広さによってルールを変更することができる。その際は試合の前に参加者にルールの確認を行う。ルールを変更する際は、[安全に](http://www.jafl.org)誰もが参加できる、楽しめる、スキルの向上が望めるなどの事柄が最優先される。