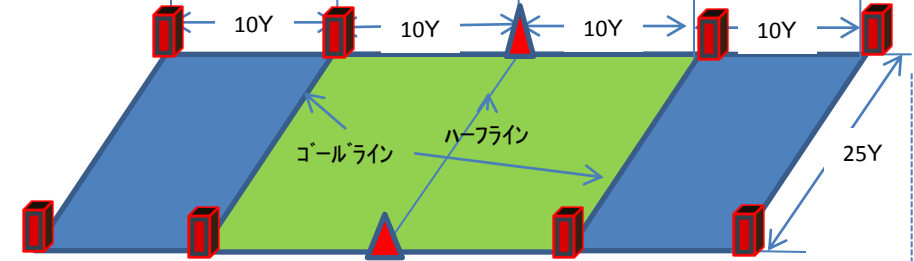


第5回エキスポフラッシュカップ(2015年2月28日開催) 試合進行&ルール



【試合進行】

- ・コイントス(またはじゃんけん)で勝ったほうが前半の攻撃か陣地(後半の攻撃)を決めます。
- ・試合は攻撃 守備共に5人の選手で行います。
(交代は自由。ただし選手が4人以下の場合は安全面の配慮から棄権試合とします)
- ・試合開始は、自陣ゴールラインから開始し4回以内の攻撃でハーフラインを越えると新たに4回の攻撃を行います。
- ・4回の攻撃でタッチダウン出来なかった場合は、攻守交代となり自陣ゴールラインからの攻撃を開始します。
- ・パスもしくはランでエンドゾーンに入るとタッチダウンになり6点が入り、ゴールライン5ヤード地点からトライフォーポイントとして1プレーを行います。(成功すると1点追加)(タイムUP後も実施)
- ・試合時間は前半8分 ハーフタイム(入替・休憩)2分 後半8分で行ないます。

【攻撃:オフェンス】

- ・攻撃は全ての選手がボールキャリアーになれます。但し、QBから直接センターへのボール渡しはボールの受け渡しがわからないので禁止。パスキャッチはOKとします。
- ・プレー開始時のボールは必ずフィールドの中央(センターライン)上に置きます。
- ・プレーの開始はセンターからクォーターバックへのスナップ(またの下から渡す行為)で開始します。
- ・攻撃側選手は、スナップと同時にスタートができます。
- ・スナップのあと10秒たっても、スクリーメージラインを越えなければボールデットとなり、プレビースポットから次の攻撃となります。
- ・前パスが失敗した場合、プレビースポットから次の攻撃を行ないます。
- ・エキスチェンジやピッチ・ハンドオフでボールを落とした場合もプレビースポットから次の攻撃を開始します。
- ・ボールのファンブルはファンブル地点から次の攻撃を実施します。
- ・攻撃側選手はボールキャリアーを守るためブロックができます。
ブロックはひじを体にくっつけて手の平を前で開く姿勢で行いましょう。
(ブロッカーは守備側選手を掴んだり、押さないようにしましょう)
- ・ボールキャリアーは接触防止のため、守備選手を避けましょう。

【守備:ディフェンス】

- ・ボールを持った攻撃選手のフラッグを取って前進を止めます。
- ・守備はスクリーメージラインより1ヤード以上離れて守備位置につき、攻撃選手のスナップ前は1ヤードラインより後ろにとどまりましょう(スナップ後は最初にボールが置かれている地点まで進むことが出来ます)
- ・守備の選手は、スクリーメージラインを越えてのラッシュは出来ません。
- ・守備の選手は、攻撃側ブロッカーを避けてフラッグを取りにいけます。
- ・攻撃側選手を押しついたりつかんだりしてはいけません。
- ・パスインターセプトの時は攻守交代(リターン地点より攻守交代)します。

【3ハンドルール】

取ったフラッグは相手に手渡ししましょう！
審判へボールは手渡ししましょう！
倒れている選手がいたら、手を差し出しましょう！

【気を付けよう！】

- ・接触プレー:相手選手にぶつかる行為(つかむ・押す行為も含む)。
- ・スタート違反:攻撃側はスナップ前のスタート、守備側はスナップ前の1ヤードラインを越える行為とスナップ後のスクリーメージラインを越えてのラッシュも禁止。
- ・パスの際、前パスは1回のプレー中に1回はできるが2回以上の前パス。
- ・スクリーメージラインを越えての前パスを行った場合はその時点でプレーを中止し、プレビースポットから次の攻撃とします。
- ・攻撃側のスクリーメージラインを越えてのピッチやハンドオフはその場でボールデットとして、発生地点までの前進で次のダウンの攻撃とします。(インターセプト後も同様)
- ・ボールキャリアーのスピンは発生地点でボールデットとして、発生地点から次の攻撃とする。
(インターセプト後も同様)(エンドゾーン内での発生は、ゴールラインから次の攻撃)
- ・攻撃側選手がフラッグを取られないよう、手で押さえたり取りにくいようにする事。

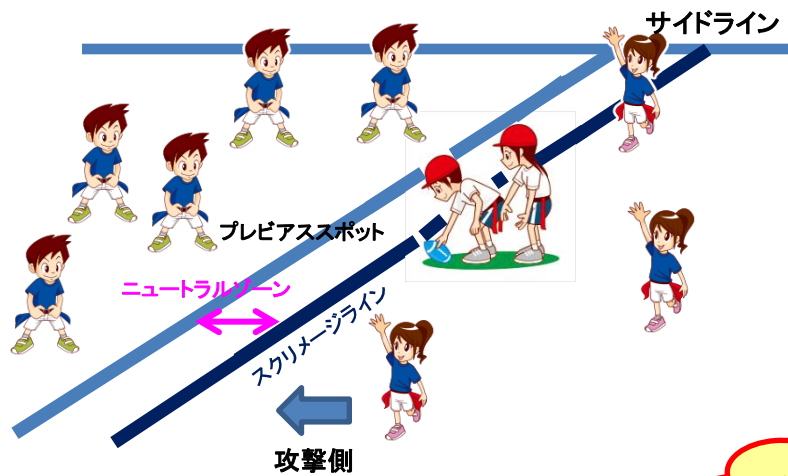
スタート時の反則は注意のみ。接触は厳しく指導。(但し注意のみ)
攻撃側に著しく上記の行為があった場合は、ダウンを1つ失う(次のダウンから開始)
その場合4回目の攻撃に著しく上記の行為があった場合は攻守交替とします。
守備側に著しく上記の行為があった場合は、攻撃側がプレーをやり直せます。
判断は審判に従い、審判のジャッジに異議申し立てを行わない。

◆用語説明

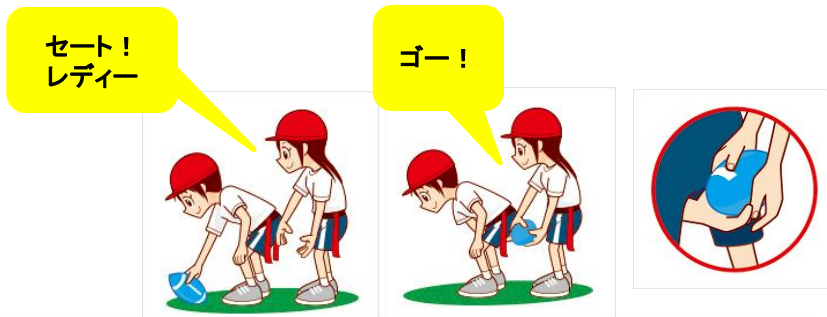
- ・オフェンス:攻撃
- ・ディフェンス:守備
- ・ゴールライン:これを越えたらタッチダウン。また最初にプレーを開始する時はここにボールをおいて開始する
- ・ハーフライン:ゴールラインとゴールラインの真中のライン。これを越えるとまた4回の攻撃ができる。
- ・タッチダウン:得点 地面にボールを付けなくても良い。 6点
- ・トライフォーポイント:タッチダウンのあとのホーナスプレーでゴール前5ヤードから1回のみ行う(成功で1点)
- ・ニュートラルゾーン:攻撃側と守備側を分ける安全地帯(ボールの先端から1ヤードの間に設ける。)
- ・プレビースポット:プレーはじめにボールが置かれている地点(スナップされた場所)
- ・スクリーメージライン:はじめにボールが置かれている地点の線
- ・スナップ:センターがボールを股の下から、QBに手渡す行為
- ・ボールキャリアー:ボールを持っている選手。
- ・ハンドオフ:手渡しでボールを渡す行為。
- ・パス:前方向に投げる行為。
- ・ピッチ:ボールを後方へ投げる行為。
- ・ブロック:攻撃選手が守備選手の前に立ちただけで守備選手の進路を妨害する行為。
- ・ファンブル:ボールを落とす事
- ・ボールデット:ボールの前進が止まった行為(地点)
- ・ラッシュ:スクリーメージラインを越えてフラッグを取りに行く行為。
- ・インターセプト:守備側が攻撃側のパスを空中で奪うこと。

◆エキスポフラッシュカップのルール

守備側



攻撃と守備は5人対5人で行ないます。交代は自由です



攻撃の開始はスナップで行ないます。(ボールは地面につけてね)

プレーは子供たちに考えさせよう！



ハドル: 作戦タイムでプレーを決めます！



ナイスプレーは『ハイタッチ！』



取ったフラッグは手渡しして返しましょう！



ハンドオフ



フェイク

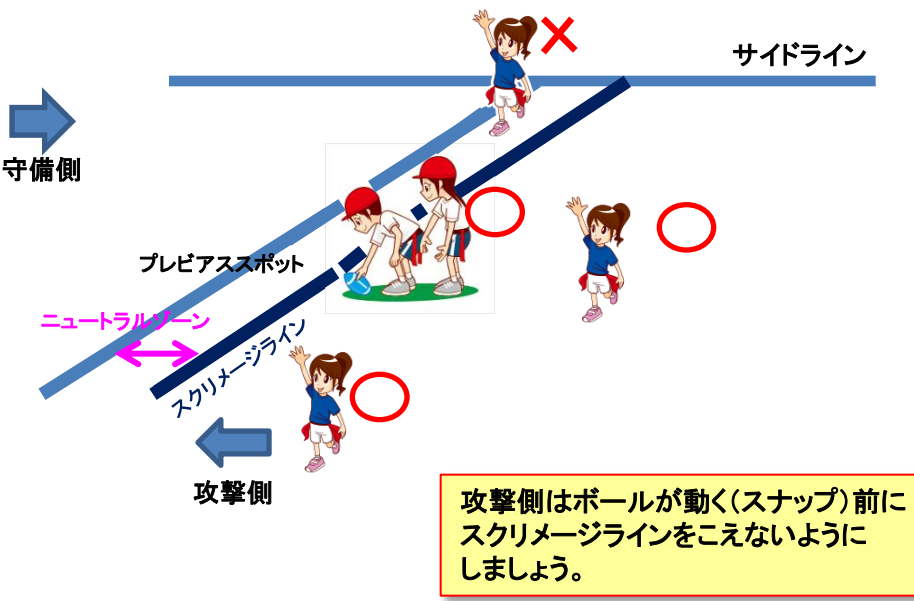


ブロック

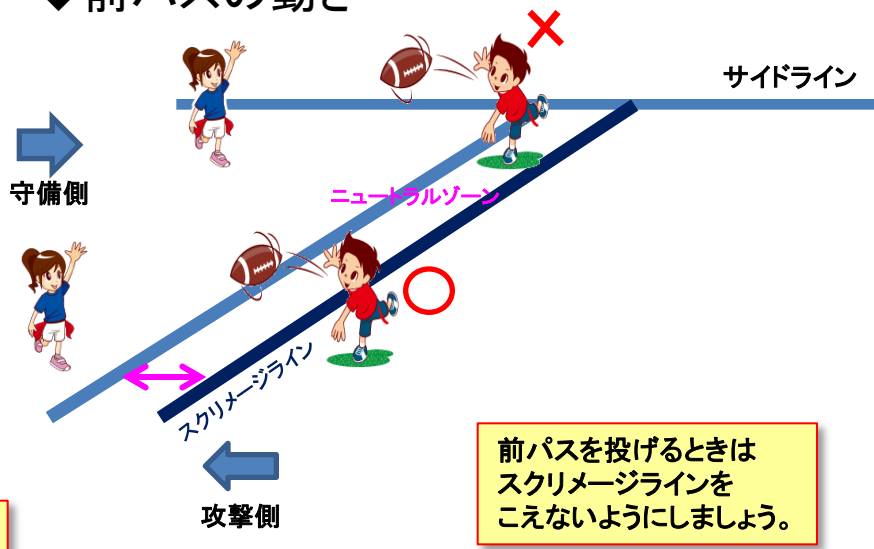


インターセプト

◆スタート時の攻撃側の動き



◆前パスの動き



◆スタート時の守備側の動き

