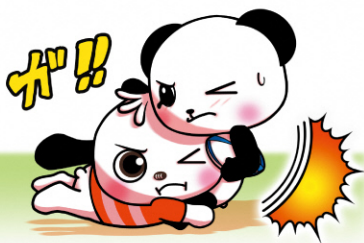




ラグビーの基本プレー



タックル



ボールを持った選手を捕まえ、地面に倒すプレーを**タックル**というよ。ラグビーで最もよく見られる肉弾戦なんだ。もちろん、アタック側がタックルにきた選手を弾き飛ばすのもOK!ぶつかり合う**姿**と**音**は迫力満点だよ!

ハンドオフ



ハンドオフは、ラグビーにおける**技**の1つで、タックルにきた選手をかわしたり突き飛ばすプレーだよ。お相撲さんの**張り手**みたいな感じかな。ハンドオフするときは、**グー**じゃなく**パー**でしてね!グーだと反則だよ!

パス



ボールを**無回転**で投げる**ストレートパス**や、ボールをトルネードのように**横回転**させて投げる**スクリューパス**があるよ。スクリューパスは、ストレートパスより**速くて遠く**に投げることができるんだ。投げられるようになったら気持ちいいよ。

キック



キックは、ボールを直接前に運べる手段だよ。ボールを遠くに飛ばす**ロングキック**や、空高く蹴り上げる**ハイパントキック**、地面に転がす**グラバーキック**など、たくさんの種類があるんだ。選手はこれらを状況によって使い分けているよ。

スクラム



両チームの**フォワード** 8人同士で組み合う**セットプレー**（試合の再開方法）のことを**スクラム**というよ。スクラムでは、力自慢の選手たちがチームの**プライド**をかけて押し合い、中に投入されたボールを**足**で奪い合うんだ。ラグビーの中で最も重要度の高いプレーの1つだよ。

ラインアウト



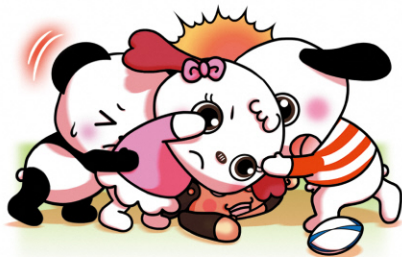
ラインアウトは、サッカーでいう**スローイン**のようなもので、スクラムと同じくらい代表的なセットプレーだよ。ボールが**タッチラインの外**に出てしまったときにゲームを再開させる手段で、両チームの間にボールを投入して**空中**で奪い合うんだ。**ジャンプの高さ**や**サインプレー**で勝負をするよ。

モール



モールは、両チームの選手が**立ちながら**押し合う（ボールを奪い合う）**密集戦**のことをいうよ。スクラムと少し似ているけど、スクラムは試合が一度中断してから行われるものに対して、モールは**プレー中に突然**できる**密集戦**なんだ。強ければそのままゴールまで押し込むこともできるから、とても有効な手段なんだよ。

ラック



ラックは、**地面にある**ボールを奪い合う**密集戦**のことをいうよ。モールとの違いは、ボールが地面にあるか、人が立って持っているかの違い。タックルをされて倒れた選手は、ボールを放さなくちゃいけないんだけど、そのボールを両チームの選手が**手を使わず**に奪い合うんだ。その密集が**ラック**だよ。



ラグビーのフィールド



デッドボールライン

フィールドの一番奥にあるラインだよ。

インゴール

ここがゴールエリアだよ。このエリアにボールを置くと、点が入るんだ。

ゴールポスト

ゴールキックのときは、このH型ゴールポストを狙うよ。クロスバー(横棒)の上にボールを通すことで点が入るんだ。

タッチライン

この線より外に出ちゃうと相手チームのボールになるよ。

22mライン

ゴールラインから22mの位置にあるラインだよ。敵陣の22mラインを越えれば、相手にプレッシャーを与えることができるんだ。

5mライン

ラインアウトのときは5mラインと15mラインの間に並ばないといけないよ。

10mライン

ハーフウェイラインから10mの位置にあるラインだよ。

ハーフウェイライン

フィールドの真ん中にあるラインで、ここからキックオフが行われるよ。

15mライン

タッチラインから15mの位置にあるラインだよ。

5mライン

ゴールラインから5mの位置にあるラインだよ。

ゴールライン

ここがゴールラインだよ。このラインをめがけてボールを前に運ぶんだ。



ラグビーの得点方法



トライ 5点

あいて相手の**インゴール**（ゴールエリア）にボールを置くこと（地面に着けること）を**トライ**というよ。ラグビーは、トライをすると一度に**5点**も入るんだ！しかもトライをしたら、コンバージョンゴールの**キック権**がもらえるんだよ。



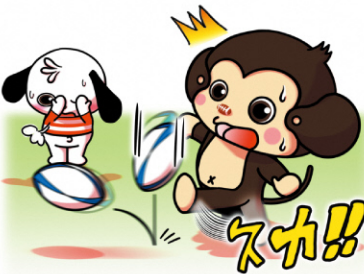
コンバージョンゴール 2点

トライをした後に、与えられる**ゴールキック**のことだよ。トライとコンバージョンゴールは**セット**と考えてね。トライをした位置によって蹴る場所が変わって、インゴールの**中央**にトライをすることでゴールポストの**正面**から狙えるよ。このゴールキックが入ると、**2点**加算されて**計7点**が入るんだ。外したら、トライの5点だけだよ。



ペナルティゴール 3点

あいて相手チームが**ペナルティ**（反則）をしたときに、蹴ることができる**ゴールキック**のことだよ。このゴールキックが決まると**3点**が入るんだ。試合が僅差のときや、流れを変えたいときに蹴ることが多いよ。



ドロップゴール 3点

ボールを地面に**ワンバウンド**させてから蹴ることを**ドロップキック**というんだけど、このドロップキックでゴールを狙うことを**ドロップゴール**というよ。入れば**3点**だけど、かなり難しいんだ。なんとって楯円球だからね。