



ラグビーのルール

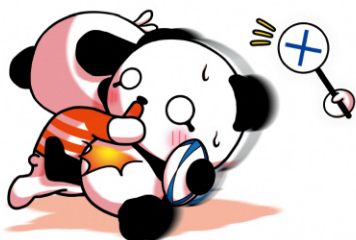


ここからはラグビーのルールを簡単に説明するね。
ラグビーは自由なスポーツだからこそ、守らなくちゃ
いけないルールがいくつかあるよ。ルールがなければ
ケンカになっちゃうからね。基本的なルールは主に**5つ!**



1 危険なプレーをしてはいけない

ラグビーは、格闘技のようなコンタクトスポーツだけど、相手にケガを
するような危険なプレーは禁止されているよ。例えば、首(肩より上)にタックルをしたり、
ジャンプ中の選手にタックルをしたり、ボールを持っていない選手にタックルをしたり
など。もちろんパンチやキックも絶対にダメ! スポーツマンらしく、ルールを守って
安全にプレーしようね!



2 ボールを前に投げたり、落としたりしてはいけない

これはラグビーの代表的なルールの1つだよ。ラグビーではボールを前に投げたりは
いけないというルールがあって、真横か後ろにしかパスしちゃダメなんだ。ちなみに
前にボールを落としてもダメ。パスは後ろに投げるのに、インゴール(ゴールエリア)
に向かって前進していかなくちゃいけないというこの難しさが、ラグビーというスポ
ーツをより面白くしているんだよ。



3 寝ながらプレーしてはいけない

ラグビーには、**立っている選手しかプレーしてはいけない**という決まり事があるんだ。だから、倒されてしまった選手(寝ている選手)は、立ち上がるまでプレーに参加できないよ。例えば、ボールを持っている選手が倒されたら、すぐにボールを放さなくちゃいけないんだ。抱え込んだままだと寝ながらプレーしていることになるからね。



4 ズルをしてはいけない

ラグビーは古くから**紳士のスポーツ**と呼ばれているんだけど、だからこそズルをすごく嫌うスポーツでもあるんだ。例えば寝ながらプレーしてはいけないというルールがあるのに、寝ながらボールを奪いにいったらそれはズルだよ。多くの反則は、このズルに該当するから、ズルはダメと覚えてね! もちろん、ジャージにボールを隠すのもダメだよ!



5 ボールを持っている選手より前でプレーしてはいけない

ラグビーでは、**ボールを持っている選手より前でプレーしてはいけない**というルールがあるんだ。もしこのルールがなければ、インゴールに仲間を立てさせておいて、その選手にキックでパスをすることで簡単にトライがと取れてしまうからね。このルールは少し難しいかもしれないけど、ボールを持っている選手より前まえにいる選手はプレーしちゃダメって覚えてね!



ラグビーの基本的なルールはこの**5つ**だよ!
もちろん他にもあるけど、多くの**反則**はこの5つのどれかに該当するんだっ。





ラグビーの反則



ここからはラグビーの反則について説明するね。ラグビーには細かな反則がたくさんあるから難しいというイメージを持たれるんだけど、全ての反則を覚える必要はまったくないよ。反則の仕組みを理解するだけで楽しく観戦できるから、まずはこれを覚えてみてねっ。
ラグビーの反則は、主に3段階に分けられるんだ。

1

軽い反則

ラグビーにはボールを前に投げてはいけない、ボールを前に落とすといけないという基本的なルールがあるけど、これらのルールをやぶってしまうと軽い反則を取られるよ。反則というより、ミス(失敗)と考えた方が理解しやすいかな。軽い反則の場合は、相手ボールのスクラムで再開するんだ。レフリーは軽い反則が起きたら「ピッ」と短い笛を吹き、どっちのボールで始まるかを腕を横に伸ばして教えてくれるよ。



2

やや重い反則

軽い反則より、やや重いときに取りられる反則だよ。この場合は、相手チームのフリーキックで再開するんだ。レフリーが肘を90度に曲げた合図を出したら、「やや重い反則があったんだなあ」って思ってね。反則をしたチームは、その地点から10m下がらなければいけないよ。



3

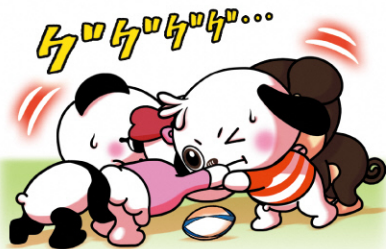
重い反則

軽い反則と共に、よく見られるのが重い反則だよ。これをペナルティというんだ。軽い反則がミス(失敗)なら、重い反則はズル(不正行為)と考えたらわかりやすいよ。決められたルールに反してズルをしてしまったら、重い反則が取られて相手チームのペナルティキックで再開するんだ。重い反則があったら、レフリーは「ピーッ」と長い笛を吹き、腕を上挙げて合図を出すよ。



軽い反則のときはスクラム

軽い反則があって試合が中断した場合、基本的にはこのスクラムで再開するよ。反則をしていない側がスクラムの中にボールを投入できるんだけど、スクラムはあくまでもボールの奪い合いだから、相手に取られちゃう可能性もあるんだ。



やや重い反則のときはフリーキック

やや重い反則を受けた地点から、自由に攻めることができるよ。その場から自分で攻めてもよし、FWの選手に突っ込んでもらうのもよし、BKの選手に走ってもらうのもよし、大きくキックするのもよし。確実に自分たちのボール(マイボール)から始められるのが、スクラムとの違いなんだ。ちなみに、このフリーキックではスクラムを選択することもできるよ。



重い反則のときはペナルティキック

重い反則があって試合が中断した場合は、4つの選択肢から選ぶことができるんだ。1つ目はペナルティゴール(ゴールキック)。決まれば3点が入るよね。2つ目は外に蹴り出す(タッチキック)。ボールがタッチラインの外に出た地点からマイボールラインアウトで再開できるよ。3つ目はスクラム。ゴール前や、スクラムの調子が良いときに選ぶことがあるんだ。4つ目はボールを自分の足に当ててそのまま走り出す(タップキック)。フリーキック同様、その場から自由に攻めることができるよ。

