

NFL  FLAG

大会規則

2021年度版

小学生



NFL FLAG 実行委員会

*JAPAN FLAG FOOTBALL ORGANIZATION
JAPAN AMERICAN FOOTBALL ASSOCIATION*

Index (目次)



NFL FLAG とは	1
ゲームのイメージ	1
大会規則の運用	1
カテゴリー	2
フィールド	2
選手	3
ゲーム	3
ポジションと役割	4
ゲームの時間とタイムアウト	5
得点	5
攻守交代になる時	6
ボールデッドになる時	6
オフェンス	7
ディフェンス	8
罰則と施行	10
反則	10
NFL FLAG コード	12

NFL FLAG とは

NFL FLAG とは、フラッグフットボールの日本選手権です。

フラッグフットボールは、長方形のフィールドで行い、スクリメージラインによって分けられた 5 人対 5 人の選手が、ボールを持って走ったり、パスを投げたりして、相手のゴールにボールを持ち込み、得点を競うゲームです。

ゲームのイメージ

- ・攻撃・守備に分かれて、5 人対 5 人でプレーを行います。選手交代は自由です。
- ・攻撃側はスナップでプレーを始め、相手のゴールを目指してランプレーやパスプレーを使い、前進します。
- ・4 回までのプレーでハーフラインを超えると、さらに 4 回までのプレーをすることができ、相手のゴールにボールを持ち込むと得点になります。1 回のプレーでゴールまでボールを持ち込むこともできます。
- ・守備側はボールを持った選手のフラッグを取るか、相手が投げたボールを奪って攻撃側の前進を止めます。
- ・攻撃側が 4 回でハーフラインを超えられないか、ゴールへ持ち込めないと、攻守が交代します。また、ボールをゴールに持ち込むと得点となり、攻守が交代します。

※ スナップのイメージ



大会規則の運用

NFL FLAG 大会規則は、競技者の年齢・レベル、グラウンド事情、大会の規模や運営に応じて変更することが可能です。





カテゴリー

小学生	小学生の男女により構成されたチーム
低学年	小学生低学年（1～3年生）の男女により構成されたチーム

※ 年齢に応じてゲームが楽しめるよう、規則が異なる項目があります。低学年のみに適用される規則を、下線にて示しています。



フィールド

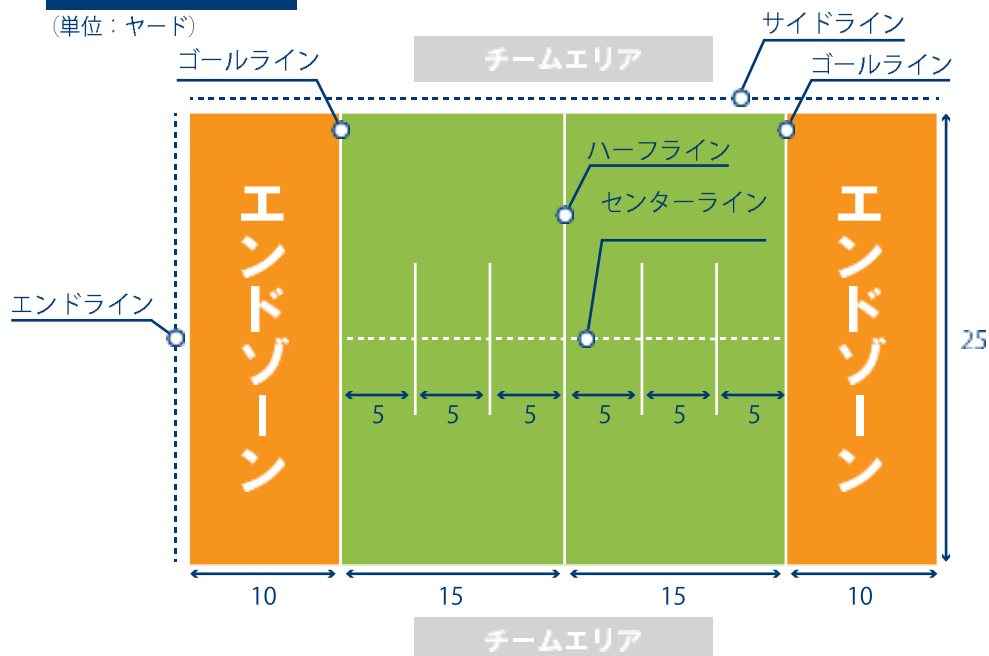
- ① エンドラインからエンドラインまでの間は 50ヤード（低学年は40ヤード）とする。
- ② エンドゾーンは、エンドラインから 10ヤード ずつとする。
- ③ サイドラインからサイドラインまでの間は、25ヤードとする。
- ④ サイドライン間の中央に、センターラインを設ける（破線）。
- ⑤ サイドライン、エンドラインは、アウト・オブ・バウンズとする。
- ⑥ コーナーやラインの交点にパイロン、コーン等を置く。
- ⑦ ゴールラインの手前 10ヤードに、マークをつけることとする。
- ⑧ サイドラインの2ヤード外側で両 10ヤードライン間を、チームエリアとしてフィールドの両側に設ける。チームエリアに入ることが出来るのは、交代選手、事前に認められたチームスタッフのみとする。

※ 1ヤードは約0.91メートル

※ フィールド外を示す用語を「アウト・オブ・バウンズ」と言います。

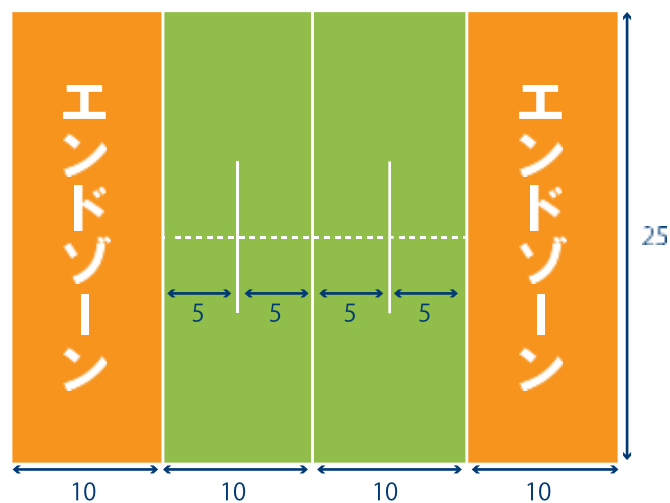
小学生のフィールド

(単位：ヤード)



低学年のフィールド

(単位：ヤード)





選手

- ① フィールド上の選手は、両チーム5人ずつで行う。怪我などにより、チームのメンバーが減ってしまった場合、安全を考慮して1チーム最低4人はフィールド上にいなければゲームは中止とする。
- ② プレーとプレーの間ならば、交代は自由出来る。

選手の服装（ユニフォーム）と用具

- ① 服装は、ジャージ（上着）、パンツ（ズボン）、フラッグとする。同じチームの選手は、同じユニフォームを着用する。
- ② ジャージは両チームが識別できるもので、胸部と背部に番号が付いたものを着用する。番号の色は、ジャージの色と明確に区別出来る色で、番号はアラビア数字で0から99を使用する。また、フラッグと同系色、またはフラッグと混同するようなラインが入っているパンツの着用は禁止する。
- ③ フラッグベルトはジャージをパンツに入れて、ジャージの上につける。安全を配慮してフラッグベルトの余った部分は、パンツの中に入れるかベルトに巻きつけ、外に出さないようにする。腰回りに、フラッグ以外のものを付けることを禁止する。

プレーブックをパンツに挟むことは禁止する。

- ④ タオル、バンダナ等を頭部および首周りに巻くことを禁止する。ただしハンディキャップや医療的な理由により着用が必要な場合は、事前申請を行うことにより認める場合がある。
- ⑤ 金属製およびポイント交換式のスパイクの着用は禁止する。また、硬い素材または材質の用具等を装着することを禁止する。ただし眼鏡は除く。
- ⑥ 試合球・フラッグは、NFL FLAG 公認球・NFL FLAG 公認フラッグを使用する。



※ユニフォームが無いチームはビブス（番号付きベスト）を着用しましょう。

※番号は「00」も可とします。
※パンツは、指を引っかけることがないように、ポケット無しを推奨します。
※フラッグが腰の左右にあるかどうか、常に自分で確認しましょう。

※安全のためにマウスピースをつけたり、金属の無いキャップ、ヘアバンド、ヘッドギアのいずれかを着用することを推奨します。キャップのツバは後頭部に回して着用すること。

※天然芝以外のグラウンドでプレーする場合は、柔らかい素材の膝サポーターまたは長いジャージ等の着用を推奨します。



ゲーム

1 ゲームの開始と前後半の選択

- ① ゲーム開始前に、ジャンケンまたはコイントスを行い、勝ったチームが「攻撃か守備」、「フィールド」のどちらかを選択する。負けたチームは残りを選択する。
- ② 前半が終了したらサイドチェンジをしてゲームを再開する。
- ③ 後半開始時は、ゲーム開始前の選択で守備を選択していたチームから攻撃を行う。

2 ゲームの進行

- ① ハドルを行い、選手がプレーを選択する。また、ハドルには6人以上の選手が加わることはできない。
- ② フィールド上の、どの地点でボールデッドになっても、次のプレーは全てセンターライン上から開始する。
- ③ ゲームの開始、後半の開始、攻守交代（インターセプトを除く）後のプレーの開始は全て、ゴールライン上から開始する。
- ④ オフェンスは、4回の攻撃でハーフラインを越えれば、プレーが終了した地点から、再び4回続けて攻撃することが出来る。
- ⑤ オフェンスが、4回の攻撃でハーフラインを越えられなかった場合や、ハーフラインを越えてからの4回の攻撃でタッチダウン出来なかった場合、攻守が交代する。交代後は、それまで守備側だったチームが攻撃側となり、自陣ゴールライン上のセンターラインからプレーを始める。
- ⑥ インターセプトをした選手は、相手陣地へボールを運ぶことができる。そのプレーがボールデッドとなった地点から、次の攻撃を開始する。ただし守備側のエンドゾーンでインターセプトし、そのままエンドゾーン内でボールデッドになった場合には、自陣ゴールラインから次の攻撃を開始する。

※フィールド内で作戦会議を行うことを「ハドル」と言います。

※低学年に限り、コーチは1名のみハドルに加わることができます。

※プレーブックの受け渡しのために、6人目の選手がフィールドに入る事を大会規定で許可する場合があります。

※プレーが止まることを「ボールデッド」と言います。

※守備側のプレーヤーが攻撃側のパスを空中で奪うことを「インターセプト」と言います。

※「タッチバック」と言います。



ポジション名と役割

オフェンス (攻撃)	略称	役割
センター	C	ボールをスナップするポジション
クォーターバック	QB	センターからボールを受け取るポジション、プレーを組立てて実行する司令塔的存在
ランニングバック	RB	主にボールを持って走るポジション
ワイドレシーバー	WR	主にパスを受けるポジション

※ 全員がボールを持って走ったり、パスを投げたり、パスをキャッチしたり、ブロックをすることができます。

ディフェンス (守備)	略称	役割
ラインバッカー	LB	ランプレー・パスプレーどちらにも対応するポジション
ディフェンスバック	DB	主にパスプレーに対応するポジション
ラッシャー	R	スクリメージラインを越えて攻撃側にプレッシャーをかけるポジション

※ 全員が、ボールキャリアーのフラッグを取ったり、パスを奪う取事ができる。

ポジションの例1



ポジションの例2





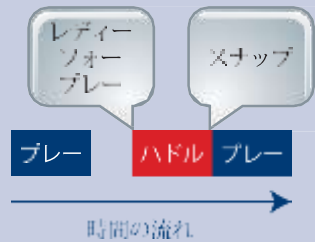
ゲームの時間とタイムアウト

① 前後半各 20 分、合計 40 分、前半終了後、2 分間のハーフタイムをはさむ。試合時間は、タイムアウトをとったときだけ計時が止まるランニングタイムとする。



- ② 前後半開始時の計時はレディー・フォー・プレーから開始する。
- ③ オフェンスは、レディー・フォー・プレー後 30 秒以内に、次のプレーを始める。
- ④ 各チームは前後半を通じて 2 回、60 秒のタイムアウトを取ることが出来る。
- ⑤ フィールド上の全ての選手およびコーチがタイムアウトを要請できる。(チームタイムアウト)
- ⑥ チームがタイムアウトを取ったときは、ランニングタイム中であっても計時を停止し、タイムアウト後のスナップから計時を再開する。
- ⑦ 審判は必要があればタイムアウトを取ることが出来る。(レフリー・タイムアウト)
- ⑧ 計時中にレフリータイムアウトを取ったときは、次のレディー・フォー・プレーから計時を再開する。また、計時が停止しているときにレフリータイムアウトを取ったときは、次のスナップから計時を再開する。
- ⑨ 最後のプレーで反則があり、残り時間が無くなった場合、被反則チームがその反則を放棄しない限り、最後の 1 プレーをやり直せる。
- ⑩ 最後のプレーでタッチダウンがあり、残り時間が無くなった場合でも、エキストラポイントを行う。
- ⑪ 同点で試合時間が終了した場合は次のいずれかの方法をとる。
- (1) 引き分けのまま終了
 - (2) サドンデス方式で勝敗を決定
 - (3) タイブレイク方式で勝敗を決定
 - (4) タッチダウンをしたプレーヤーの数により勝敗を決定

※大会の規模や運営に応じて試合時間に関する項目(ゲーム時間、ハーフタイムの長さ、タイムアウトの数、前後半の継続等)を変更する場合は、予め開催要項で規定する。



(4)※より多くの違うプレーヤーがタッチダウンをしたチームの勝利とする。なおタッチダウンにはエキストラポイント成功も含む。

※タイブレイク方式

敵陣 5 ヤード地点から両チームとも 1 プレーの攻撃を行い、両チームの攻撃が終了した時点(第 1 ピリオド)で得点の多いチーム(エキストラポイントはなし)を勝ちとする方式。

- ・引き分けの場合は第 2 ピリオドを同じ順番で行い、以下同様の流れで勝敗が決まるまで行う。
- ・先攻後攻の選択は、ジャンケンまたはコイントスで決める。
- ・タイブレイク中インターセプトした守備側プレーヤーは、ボールをリターンすることが出来、相手エンドゾーンへタッチダウンした場合、守備側チームに得点が与えられる。後攻チームが得点を挙げた場合、後攻の攻撃は行なわず、その時点で後攻チームの勝ちとなる。タイブレイクでの得点は 1 点とする。



得点

① タッチダウン・・・6 点

タッチダウンは、腰(腰部の中心)の位置がゴールラインを越えたことで判定する。

② エキストラポイント(タッチダウン後のボーナスポイント)

攻撃側が以下のどちらかを選択して行う。

ゴール前 5 ヤードの地点からの攻撃でタッチダウンした時・・・1 点

ゴール前 10 ヤードの地点からの攻撃でタッチダウンした時・・・2 点

ただし、エキストラポイント時に、守備側がインターセプトし、リターンしてタッチダウンした場合は、いずれの場合についても守備側に 2 点が入り、攻守交代とする。

※インターセプトのリターン中でプレーが終了した場合は、エキストラポイントの失敗となる。

※自責点は無し

自陣エンドゾーン内で相手にフラッグを取られたり、ボールを落としても自責点にはならない。

※自責点のことを「セーフティ」と言います。



攻守交代になる時

- ① 得点の入った時
- ② インターセプトがあった時
- ③ 攻撃側が4回の攻撃で、ハーフラインを越えられなかった時、またハーフラインを越えた後の4回の攻撃で得点出来なかった時



ボールデッドになる時

ボールデッドになる時	次の攻撃開始の地点	
① ボールキャリアのフラッグが取られた時や、取れてしまった時	その地点に一番近いセンターライン上が、次の攻撃開始の地点となる。	
② ボールキャリアがサイドラインを踏むか、サイドラインから出た時		
③ ボールキャリアの、足の裏、手のひら以外の部分が地面に着いた時		
④ ボールキャリアのフラッグが取られていなくとも、選手が密集して、プレーがこれ以上進まないと判断された時、ボールキャリアが後ろ向きに走るなど、プレーの継続が危険と判断された時、ボールキャリアのフラッグがずれたり、ボールキャリアの腕が意図せず守備側選手に当たったりして、フラッグを取ることが困難と判断された時		
⑤ ボールキャリアがボールを落とした時		
⑥ スナップ、ピッチ、ハンドオフの失敗により、ボールが地面に着いた時 ※ ボールが前方で地面についた時は、スナップ、ピッチ、ハンドオフをした地点を、ボールデッドの地点とする。		
⑦ パスが地面に着いた時（パス失敗した時）		攻撃が開始された地点（プレビマス・スポット）に戻って次の攻撃となる
⑧ 審判が誤って笛を吹いた時		笛が吹かれた時点で攻撃側のチームが、笛が吹かれた地点でボールデッドとするか、プレーをやり直すかを選択できる。

※プレーが止まることを「ボールデッド」と言います。

※ボールを持っている選手を「ボールキャリア」と言います。

※フィールド外を示す用語を「アウト・オブ・バウンズ」と言います。

※持っていたボールを落としてしまうことを「ファンブル」と言います。

※最後にレディー・フォー・プレーがかけられた地点＝攻撃が開始された地点を「プレビマス・スポット」と言います。





オフェンス

選手は相手と接触をしないように努めねばならず、接触行為並びに接触につながる行為をしてはならない。
攻撃側選手は、守備側選手を避けて動かなければならない。

※接触とは相手選手への衝撃を伴う接触のことをさす。衝撃のない接触は、それ自体では反則ではない。

1 プレー全般

- ① プレーの種類にはランニングプレーとパスプレーがある。
- ② プレーは必ず、攻撃側選手（センター）による、両足の下を通すスナップで開始される。
- ③ スナップを受ける選手を『クォーターバック』とし、クォーターバックのみが直接手渡しでスナップを受けられる位置にいることができる。
- ④ センターは、自陣のスクリメージラインのすぐ手前からスナップを行う。
- ⑤ センターはボールを地面につけた状態でスナップを行う。
- ⑥ プレーを開始する前に全員が1秒以上静止しなければならない。
- ⑦ ボールキャリア以外の攻撃側プレーヤーは、身体接触の無い「スクリーンブロック」を行うことができる。スクリーンブロックは、両肘を脇につけ、手を開いて、肩幅以内の前面に配置した状態で行う。
- ⑧ ボールキャリアがボールを確保しているときにボールデッドとなった場合は、全て腰があった地点をボールデッドの地点とする。
- ⑨ プレー中、フィールド外に出た選手は、相手選手がボールにタッチするまでボールにタッチすることはできない。

2 パス・ピッチ・ハンドオフ

パス、ピッチ、ハンドオフは、攻撃側スクリメージラインの後方で行う。

3 パスについて

- ① パスは、攻撃側スクリメージラインの後方から、1回のプレー中に1度だけできる。
- ② パスを投げた選手以外の全ての選手は、パスをキャッチすることができる。
- ③ パスをキャッチするとき、他の選手に接触してはならない。
- ④ パスは、スクリメージラインの後方であれば、ピッチ・ハンドオフを受けた選手も投げることができる。
- ⑤ パスを投げた選手は、攻守に関わらず他の選手の誰かがボールにタッチした後なら、ボールをキャッチすることができる。
- ⑥ パスをキャッチしたとき、片足以上がフィールドの内側にあれば成功となる。ジャンプしてパスキャッチをし、ラインをまたいで着地した場合、先に着いた足がフィールドの内側にあれば成功となる。先に着いた足がフィールドの外側にある場合は不成功となる。
- ⑦ 攻撃側選手がパスを投げると同時に守備側選手がフラッグを取った場合は、パスを投げたことを認める。投げる動作中にフラッグを取られた場合は、その地点でボールデッドとする。
- ⑧ 足の裏、手のひら以外が地面についた状態でパスをキャッチした場合は、パスは成功、かつキャッチした時点でボールデッドとなる。
- ⑨ フラッグが外れた選手がパスをキャッチした場合は、パスは成功、かつボールをキャッチした時点でボールデッドとなる。

4 ピッチ、ハンドオフについて

- ① ピッチ・ハンドオフは、攻撃側スクリメージラインの後方なら、何回でも行うことができる。
- ② クォーターバックは、センターに直接ボールを手渡しすることはできない。
- ③ ボールをキャッチ（確保）するまでの間は、相手選手がフラッグを取ってしまった場合は、キャッチした地点でボールデッドとなる。

※ボールを持って走るプレーを「ランニングプレー」と言います。

※前方方向にボールを投げるプレーを「パスプレー」と言います。

※静止とは、同じ地点で両足が地面につき、相手のスタートを誘発するような急な動きを伴わない状態を言う。

※腰とは「腰部の中心」を指す。

※ここで言う、パスは「前方へのパス」、ピッチは「後方へのパス」、ハンドオフは「前方や後方への手渡し」を指す。

※ 相手を押す、掴む、覆いかぶさる、割り込む等の接触が具体例として挙げられる。

※ パスをキャッチする攻撃側選手は、投げられたパスを最初に触れるまでは守備側選手から接触されずにパスキャッチを試みる権利がある。

ただし、以下の場合は例外となる。
・パスの精度が悪く攻撃側選手の走路が急に変わった場合
・守備側選手が先にパスをキャッチできる体勢に入っている場合

※ 自分が投げたボールを自分が最初にキャッチすることができない。

※ 両足同時に着いた場合は不成功となる。

※ パスを投げた攻撃側選手のフラッグを取ってしまった守備側選手に反則は適用しない。フラッグを取られた攻撃側選手は、フラッグが外れた選手として扱う。

※フラッグを取ってしまった守備側選手に反則は適用しない。



5 ボールキャリアについて

- ① ボールキャリアは守備側選手をよける義務がある。
- ② ボールキャリアは、ジャンプ、ダイブ、スライディング、スピンをしてはならない。
- ③ クォーターバックは、自らボールキャリアとしてスクリメージラインを越える事が出来る。
- ④ 攻撃側スクリメージラインを一度越えたボールキャリアが、攻撃側スクリメージライン手前に戻りパス、ピッチ、ハンドオフを行うことは出来ない。

6 モーションについて（低学年についてはモーションを禁止する。）

- ① モーションを行うことが出来る選手は、1 プレーにつき 1 人までとする。モーション開始前に全員が 1 秒以上静止し、モーションする選手以外はプレーが開始されるまで、そのまま静止し続けなければならない。
- ② プレーが開始されるタイミングで、相手ゴールラインに向かってモーションすることはできない。また、プレーの開始と勘違いされるような急激な動きをしてはならない。

※ 守備側選手に突進してはいけない。
※ スピンとは「360度程度の、他の選手に接触してしまうような急激なターン」を指す。

※ 攻撃側選手全員が 1 秒以上静止した後に、選手が動くことを「モーション」と言います。



ディフェンス

選手は相手と接触をしないように努めねばならず、接触行為並びに接触につながる行為をしてはならない。守備側選手は、スクリーンブロックをしている攻撃側選手を避けて動かなければならない。

※接触とは相手選手への衝撃を伴う接触のことをさす。衝撃のない接触は、それ自体では反則ではない。

- ① 守備側選手はプレーが開始されるまで、プレー開始地点の平行線から 3 ヤード自陣側に離れていなければならない。

※ 3ヤード離れた平行線に挟まれたエリアを「ニュートラルゾーン」と言います。



- ② プレー開始後、守備側選手はスクリメージラインを越えて、ボールキャリアのフラッグを取りに行くことができる。
- ③ フラッグを取る時に、ジャンプ、ダイブ、スライディングをしてはならない。
- ④ ボールを持っていない攻撃側選手のフラッグを故意に取ってはならない。なお、故意でなくフラッグを取られたプレーヤーが、ボールを確保した場合は、その地点でボールデッドとなる。
- ⑤ ボールキャリアが持っているボールを、叩いたり、かきだしたりして、奪うことはできない。
- ⑥ 守備側選手はパスプレーを防ぐために、パスを投げようとしている攻撃側選手に対して、スクリメージラインを越えたら手を挙げてはならない。
- ⑦ 守備側選手はパスプレーを防ぐために、他の選手に接触してはならない。
- ⑧ 攻撃側のパス、ピッチは、インターセプトし、そのまま相手陣地へボールを運ぶことができる。ただしインターセプトした選手は、味方の選手にボールを渡すことはできない。
- ⑨ 守備側選手は、スクリーンブロックを行う攻撃側選手を避ける義務がある。スクリーンブロックを行う攻撃側選手に突進したり、手を使って退けてはならない。

※一人でボールを持っているように見せかけている攻撃側選手のフラッグを取った場合は反則とする。二人以上の攻撃側選手がハンドオフまたはハンドオフすると見せかける動作をしているとき、ボールを持っていない選手のフラッグを取ってしまった場合は、反則としない。

※ボールを投げる攻撃側選手の手からボールが離れていない場合は、ボールに触ってはならない。

※相手を押す、掴む、覆いかぶさる、割り込む等の接触が具体例として挙げられる。

※ パスをキャッチする攻撃側選手は、投げられたパスを最初に触れるまでは守備側選手から接触されずにパスキャッチを試みる権利がある。ただし、以下の場合は例外となる。

- ・パスの精度が悪く攻撃側選手の走路が急になった場合
- ・守備側選手が先にパスをキャッチできる体勢に入っている場合

※ インターセプトし、そのまま相手陣地へボールを運ぶことを「リターン」と言います。



反則及び罰則





罰則と施行

1 オフェンスの罰則

- ① 5ヤード罰退して次の攻撃を行う（ロス・オブ・ダウン）。
- ② 攻撃側が、自陣ゴールライン地点からの攻撃で反則をした場合は、距離罰則が科せられないため、ロス・オブ・ダウンのみを科す。

※ 攻撃権を1回減らすことを「ロス・オブ・ダウン」と言います。

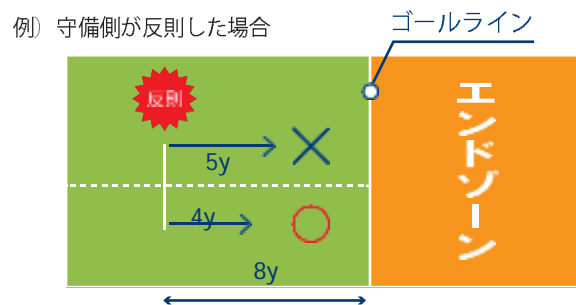
2 ディフェンスの罰則

- ① 5ヤード罰退してファーストダウンとする。

3 共通する罰則

- ① 施行地点からゴールラインまでの距離が10ヤード未満の場合は、ゴールラインまでの

※ ハーフ・ディスタンス



※ 施行地点からゴールラインまでの距離が8ヤードであるため、4ヤード罰退となる。

4 罰則の施行

- ① 全ての罰則の施行地点はプレビース・スポットから行う。
例外：プレー終了後からレディー・フォー・プレー前に発生した反則は、次のプレー開始地点を施行地点とする。
- 例外：インターセプト後に発生した反則は、ボールデッド地点を施行地点とする。ただし、反則発生地点がボールデッド地点より後方の場合は、ボールデッド地点から施行するか反則発生地点から施行するか被反則チームが選択できる。
- 例外：不正な装具の反則は一回目は警告、二回目は強制タイムアウトとする。
- ② 被反則チームは、相手チームの罰則の施行を、辞退することもできる。
- ③ プレー中に発生した反則は、プレー終了後に反則を適用し罰則を施行する。プレー終了後から次のスナップ前に発生した反則は、直ちに反則を適用し罰則を施行する。
- ④ 両方のチームに反則が発生した場合は、プレーをやり直す。
- ⑤ 一つのプレーの間に同一チームが2つ以上の反則を犯した場合は、一つのみ適用する。

※ 最後にレディー・フォー・プレーがかけられた地点=攻撃が開始された地点を「プレビース・スポット」と言います。

※ プレー中に発生した反則を「ライブボール・ファウル」と言います。
※ プレー終了後から次のスナップ前に発生した反則を「デッドボール・ファウル」と言います。

※ 攻守両方のチームに反則が発生した場合は「オフセッティング・ファウル」と言います。



反則

1 アンスポーツマンライク・コンダクト

- ① 選手、コーチ及びチーム関係者は、スポーツマンらしくない言動や行為をしてはならない。
- ② 不正な装具を身に付けてはならない。
- ③ 反則を装ってはならない。
- ④ プレーブックをフィールド内地面に置いてプレーしてはならない。

明らかに卑怯な行為が試合中に発生した場合は、レフリーは、罰則や得点を与えたり、試合を中止したりするなど、適切と判断するいかなる処置をも行うことができる。卑怯なプレイが繰り返される場合、二回目は退場もありえる。



2 反則一覧

スタート時の反則	オフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・レディー・フォー・プレー後、30秒以内に次のプレーを開始しなかった。 ・プレーを開始する前に全員が1秒以上静止しなかった。 ・スナップ前に、体の地面に接した部位が、スクリメージラインを越えた ・センターがスナップ前に、ボールを地面から離れた。 ・センターが両足の下を通さずにスナップした。 ・2人以上の選手がモーションした。(低学年は1人以上がモーションした。) ・モーション開始前に全員が1秒以上静止しなかった。 ・モーションする以外の攻撃側選手が、プレーの開始の時まで動かずその位置に静止しなかった。 ・スナップされた時に相手のゴールラインに向かってモーションした。 ・モーションを行うにあたって、プレーの開始と勘違いされるような急激な動きをした。 ・クォーターバック以外が直接手渡しでスナップを受けられる位置にいた。
	ディフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・スナップ前に、体の地面に接した部位が、スクリメージラインを越えた ※ただし、プレー開始前に戻れば反則とならない。
パス時の反則	オフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・攻撃側スクリメージラインを越えてからパス、ピッチ、ハンドオフをした。 ・パスを2度投げた。(前に投げるパス) ・パスを投げる選手の足が攻撃側スクリメージラインを越えていた。 ・パスをキャッチするとき、守備側選手に接触した。 ・攻撃側スクリメージラインを一度越えた後に、ラインの手前に戻ってパス、ピッチ、ハンドオフをした。 ・クォーターバックが、センターに直接ボールを手渡した。
	ディフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・パスをキャッチしようとしている攻撃側選手に対して、接触した。 ・守備側選手がインターセプトをした後、他の選手にボールを渡した。
接触時等の反則	共通	<ul style="list-style-type: none"> ・ダイブ、スライディング、スピンをした。 ・相手のユニフォームなどを掴んだ。 ・腰周りにフラッグ以外の物を付けた。 ・プレイブックをパンツに挟んだ。 ・フラッグをジャージ等で隠したり、ベルトを緩めたり、フラッグの装着位置を腰部分の左右から移動させ取りにくくした。
	オフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールキャリアから相手にぶつかった。 ・自分のフラッグを相手に取られないよう手や腕で押さえた。 ・フラッグを取りに来た選手の手を叩いた。 ・スクリーンブロックを行ったときに、守備側プレーヤーにぶつかった。 ・スクリーンブロックを正しいフォームで行わなかった。
	ディフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・ボールキャリアの前に急に立ちはだかったり、突進したりして接触した。 ・攻撃側選手にぶつかった。 ・ボールキャリアが保持しているボールを、叩いたり、かきだしたりした。 ・パスプレーを防ぐために、パスを投げようとしている攻撃側選手に対して、スクリメージラインを超えて手を挙げた。 ・パスを投げ終わった攻撃側選手に接触した。 ・スクリーンブロックにぶつかった。 ・ボールキャリア以外の攻撃側選手のフラッグを故意に取った。
その他の反則	共通	<ul style="list-style-type: none"> ・プレー開始後に交代したり、6人以上でプレーをした。 ・交代を装うことによって相手を混乱させた。 ・ハドルに6人以上の選手が加わった。
	オフェンス	<ul style="list-style-type: none"> ・プレー中にフィールド外へ出た攻撃側選手が、相手側がタッチする前に、ボールにタッチした。



NFL FLAG コード

選手、コーチ、その他の試合関係者は、最高のスポーツマンシップと行動への責任を持つこと。

不正な戦術、故意に相手を傷つけることは慎み、正々堂々とプレーすること。

誰もが安全にプレー出来るために、何よりも安全を最優先すること。

1 スポーツマンシップ

スポーツマンにふさわしいフェアな競技活動を行うこと。

プレー機会を尊重し、意図的に時間を費やすような行為は慎むこと。

2 選手の心得

審判員や対戦相手には最大限の敬意を表すこと。

審判員の判断は絶対的なもので、選手やコーチは如何なるときもこれを受諾すること。

品位を欠く言動及び挑発するような言動は慎むこと。

故意に規則を侵害すること、意図的に不正な行為や乱暴な行為を絶対に行わないこと。

3 コーチの心得

コーチは安全及び子どもの育成を最優先に、子どもが主体となることを大切に指導を行うこと。

選手が不正な行為を行わないよう日々努めること。

コーチは品位を欠く行為を行わないよう日々努めること。

4 審判員の心得

卑怯な行為、スポーツマンらしくない行為、怪我の恐れがある行為には特に厳しく対処すること。

審判員同士で協力し合い、必要に応じて協議を行うこと。

常に、威厳を損なうことなく、品位と礼節を保つよう努めること。

5 警告や退場などの審判規定

判定は審判によって行われ、フィールドキャプテンに告げること。

判定や残り時間の確認はフィールドキャプテンが行うこと。

審判、相手チーム、チーム内、観客に対する暴言及び危険な接触について、審判はただちに試合を止め、一度目は反則を適用し警告を行い、二度目は退場させること。

選手が乱暴な行為を行った時は、審判はただちに試合を止め、その選手を退場させること。



NFL FLAG大会規則 2021年度版 小学生編
2021年5月22日 第1刷発行
制作:NFL FLAG実行委員会
発行所:
公益財団法人 日本フラッグフットボール協会
公益社団法人 日本アメリカンフットボール協会
E-mail nfl-info@japanflag.org



FLAGFOOTBALL
JAPAN FLAG FOOTBALL ORGANIZATION

