



日本体育大学大学院教授  
筑波大学名誉教授

高橋 健夫

## フラッグフットボールの教育的価値について

フラッグフットボールは、専門的に言うと侵入系の陣取り型のスポーツです。皆さんがよくご存じのバスケットボールやサッカーは侵入系のゴール型スポーツに定義されます。

侵入系の球技は、戦術的に最も複雑ですが、それだけに球技の醍醐味を味わうことができます。なかでも、陣取り型の球技は、ボールを持って走れるという特徴があり、ボール操作の技能は、バスケットボールやサッカーよりもやさしいのです。

実は、技能的にやさしければやさしいほど、戦術的な学習課題がクローズアップされていきます。フラッグフットボールにおいては、戦術や作戦を抜きにしてはゲームが成立しないといっても過言ではありません。

- ボールを持って走ることができるという行動的自由度がある。  
一人一人それぞれの持っている能力で楽しみ、喜びを味わうことができる。
- 作戦を立てることが不可避に要求される。  
作戦を考えるために、相談(意見を出しあう)したり、教えあったり、学びあったりすることによって、人とのかかわりを高めることができる。
- ゲームでの成功機会が多い。  
動きが簡明なゲームであり、チームの全員で作戦を考え、チーム全員が役割を持ってゲームに参加できる。さらに、立てた作戦をゲームで頻りに成功させることができる。

このように、戦術学習を中核とする球技の教材体系から見て、フラッグフットボールはもっとも価値の高い教材であると言えます。すべての子どもたちに、フラッグフットボールを通して戦術学習の楽しさを是非味わっていただきたいと思います。



## フラッグフットボールとは？

人間性の豊かさを育み、子供から大人まで、本当に誰もが楽しめる新しいコミュニティスポーツ、それがフラッグフットボールです。

フラッグフットボールは2011年からの小中学生の「新・学習指導要領」解説に登場した新しい球技です。

## 公式ホームページへアクセスしよう!

フラッグフットボールの  
いろいろなことが分かるよ!

詳しい内容は <http://www.japanflag.org/>

Webで検索 フラッグフットボール

検索

TOYOTA



フラッグフットボールは上記のパートナーに支えられております。  
(表紙写真協力:相模原ライズ)



FLAG FOOTBALL  
JAPAN FLAG FOOTBALL ORGANIZATION

フラッグフットボールに関するお問い合わせ先

日本フラッグフットボール協会事務局

〒150-0001 渋谷区神宮前4-4-13 神宮前柴田ビル3F  
TEL: 03-5412-0621 FAX: 03-5412-0622

- 技術が簡単
- 個性に基づいた明確な役割分担がある
- 毎プレーごとに作戦を考える
- ゲームの中に達成感がある
- 交代が何度でも自由

フラッグフットボールは特有の5つの特徴によって体力差や運動能力差に関係なく楽しむことができるスポーツです!

- 「運動嫌いな子が運動をするようになった!」
- 「運動が苦手な子でも大活躍でき、自信を身につけた!」
- 「作戦作りからプレーまで親子で一緒に楽しめた!」

この他多くの感想をこれまでもいただいていた参りました。

是非、多くの方が「フラッグフットボール」の存在を知り、「教育」「レクリエーション」「生涯スポーツ」などの分野で、子供たちの成長とともに楽しんで頂けることを願っております!

さあパンフレットを開いてみましょう!

日本フラッグフットボール協会

# フラッグフットボールをやってみよう!

入門編

フラッグフットボールは子供から大人まで楽しめる新しいチームスポーツです。陣取りゲームを皆で楽しみましょう!

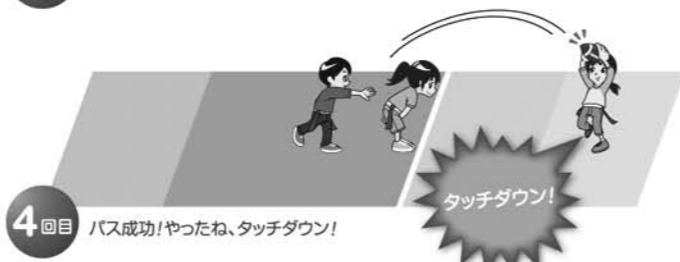
## フラッグフットボールをはじめよう

フラッグフットボールは5対5で向かい合って行なうスポーツで、交代は何度でも自由にできます。時間は前半10分、後半10分を目安に楽しみましょう。みんなでフラッグを身につけたら、いよいよゲームの始まりです。



## ゲームの進め方

先攻後攻をじゃんけんなどで決めましょう。攻撃チームは4回まで攻撃をすることができます。4回以内に、自陣のゴールラインから相手のエンドゾーンまでボールを運んだら得点(タッチダウン!)です。まずは、チームで作戦を決めましょう!(1回の作戦タイムは30秒以内です。)作戦が決まったら、ポジションにつきます。攻撃チームが、プレー開始地点に置かれたボールを足の間などから後ろの味方にパスすることでプレーがスタートします! 得点を取った時、または4回攻撃しても得点が取れなかった時に攻守が交代となります。最終的に得点の多かったチームが勝ちです。



## 1回の攻撃の終了

ボールを持っている攻撃選手のフラッグが、守備側の選手に1本でも取られたら、1回の攻撃が終了となります。次の攻撃は取られた地点からスタートします。また、サイドラインを踏んだり、ボールを落としたりした場合も同じです。パスを失敗した場合は、その攻撃が開始された地点に戻って、次の攻撃を始めます。

## 攻め方

攻撃チームの作戦には、手渡しパス、後ろパス、前パスの3つの種類があります。手渡しパスや後ろパスは、プレー開始地点より後ろのエリアであれば何度でもできますが、前パスは1度だけです。ひとたびプレー開始地点を過ぎたら、誰にもパスをすることはできません。ボールをしっかり持って、エンドゾーンを目指して走りましょう。(前パスは7秒以内にしましょう!)

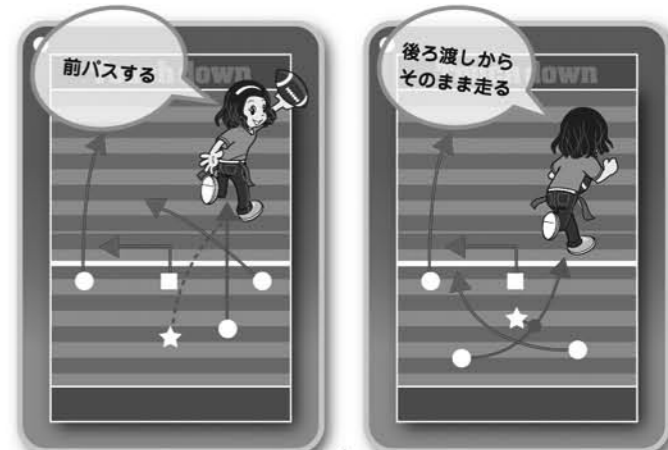
誰にボールを渡すか作戦を考えよう!

渡すふりをしているのかも?



## 作戦を作ろう

どこでどのように味方にボールを渡すか、色々な作戦をたくさん作ってプレーしてみよう!



フラッグフットボールでは「自分たちが作った作戦」をノートやカードに書いて自由に持ち込むことができます!

## 攻撃の立役者「ブロック」

フラッグフットボールではボールを持っていなくても大活躍できます! 守備の選手の前に立って、仲間が走る道を作る「ブロック」です。

※守備の選手にさわったり、手を広げたりしてはいけません



## 守り方

守備チームは攻撃チームがプレーを開始するまでの間に、ポジションと役割を決めましょう! ボールを持っている攻撃選手のフラッグを取ったり、パスをカットしたりして攻撃を防ぎます。

**入門ルール** 守備の選手はプレー開始地点より前のエリアに入ることにはできません。

## 守備の見せ場「インターセプト!」

なんとフラッグフットボールには守備側にも得点のチャンスがあります! 攻撃チームのパスを空中で横取りする「インターセプト!」です。インターセプトした選手はそのまま相手のエンドゾーンに走ることができ、得点することができます! たとえ途中でフラッグを取られても、その位置から4回の攻撃が開始できるのです! まさに大技「インターセプト!」こそ守備の見せ場です!



## フラッグフットボールを安全に楽しむために

フラッグフットボールをより安全に楽しむために、接触プレーはやめましょう。守備の選手に囲まれた時は「フラッグを取られていなくても」その場でボールを置き、1回の攻撃を終了するようにしましょう。

相手にぶつかる、手を使って邪魔をするなどの反則があった場合には以下のルールとしましょう。

- 攻撃側が反則してしまったら攻撃回数が減られ、さらにどんなに進んでいても、その攻撃を開始した地点まで戻されます。
- 守備側が反則をしてしまったら攻撃回数はそのままで、さらにボールが進んでいた地点から相手の攻撃となります。

以上がフラッグフットボールの入門ルールになります! どこでもだれとでも遊べるように、場所やみんなの力に応じて「フィールドの広さ」、「人数」、「用具」、「時間」、「攻撃回数」など自由に変更してフラッグフットボールを楽しみましょう!

この他にもっとゲームの戦略的な広さが増える応用ルール、また競技大会に用いられる公式競技規則もあります。WEBサイトで紹介していますので是非ご覧ください。

