



8人制サッカールールと審判法



DREAM
FOUNDATION

財団法人 日本サッカー協会

RESPECT

リスペクト

サッカーを楽しむために不可欠な要素として“リスペクト”の精神があります。

“リスペクト”とは、相手を大切に思うこと、相手に思いやりを持つこと、
競技規則を守ること、審判員の判定を尊重することです。

《 フェアプレーの原点です 》



日本サッカー界において、JFAとJリーグが共同で
“リスペクト”精神あふれるサッカーを広めることに取り組んでいきます。

8人制サッカー導入とルールの考え方

ユース年代、低年齢層の競技者が多くの試合をプレーするためにはリーグ戦が不可欠である。

リーグ戦文化の醸成は日常のサッカー、スポーツ文化の発展に寄与する。

特に小学生年代の競技者は、生活圏レベルで数多くの試合を楽しむことが求められる。

小学生年代の子どもたちが楽しみ、成長できるサッカーやフェアプレー精神が

育まれることを念頭に、現在のサッカー競技規則をベースとして、

小学生年代の選手のための8人制（少人数）サッカーのルールを制定した。

このルールに基づき、サッカーがこれまで以上に、日常的に楽しめるようにしていただきたい。

(財)日本サッカー協会
技術委員会・審判委員会



8人制サッカールール

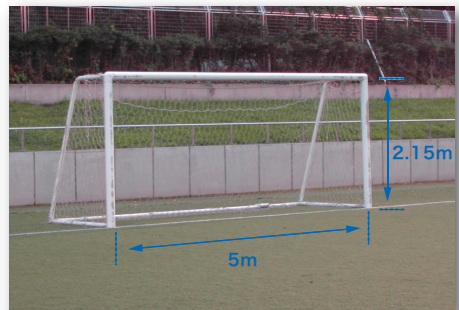
* このルールに規定されていない事項については、(財)日本サッカー協会発行の(最新版)サッカー競技規則を準用する。



競技のフィールド

- ① **表 面** : 芝、人工芝が望ましいが、土等でも可能とする。
ただし、競技者が転倒等により負傷しやすい表面は認められない。
- ② **大きさ** : 68m×50m (大人のサッカー場の半分:2面のフィールドが設置可能)を推奨するが、試合会場の大きさによって修正しても良い。
- ③ **ペナルティーエリア等** :
- | | |
|--------------|-------|
| ペナルティーエリア | = 12m |
| ペナルティーマーク | = 8m |
| ペナルティーアークの半径 | = 7m |
| ゴールエリア | = 4m |
| センターサークルの半径 | = 7m |
- ④ **ゴール** : 5m×2.15m (少年サッカー用ゴール)を推奨する。
* 少年サッカー用ゴールがない場合、フットサルゴールを2つ並べて1つのゴールとしたり、コーンによる代用は可能とする。その際、2つのゴールの中央のポストに当たった場合やコーン上部の仮想クロスバー下をボールの全体が通過した場合には、主審は得点を認める。

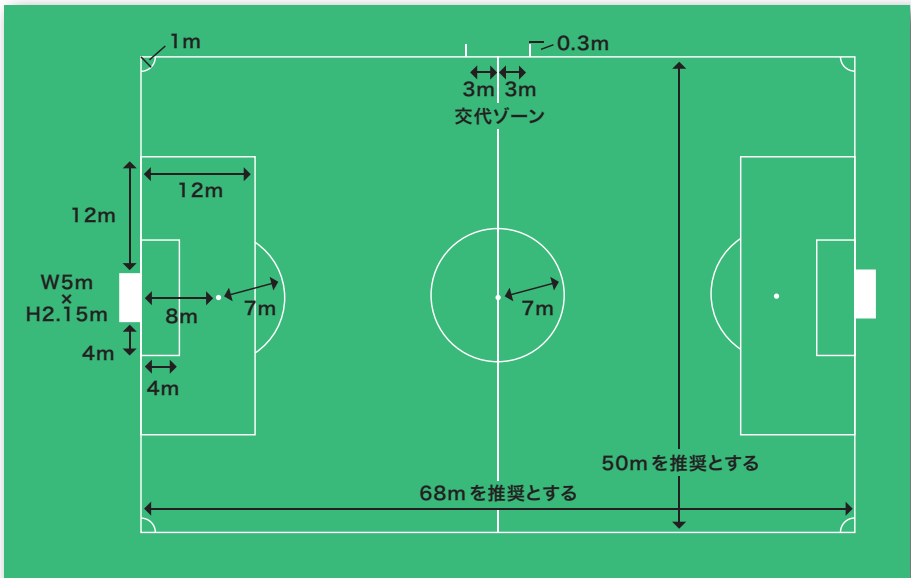
* ゴールは、競技者が負傷しないよう安全に設置しなければならない



- ⑤ **交代ゾーン**：自由な選手交代のため、ベンチ側のタッチラインのハーフウェーに6mの交代ゾーンを設ける（ハーフウェーラインを挟んで3mずつ）。



 **フィールドのレイアウト見本**



ボール

少年用の4号球を基本とする。

競技者の数

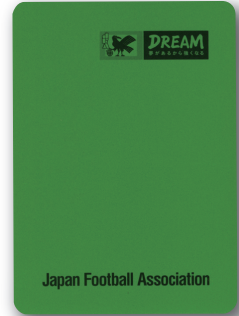
- ① 8人(うち1人はゴールキーパー)を基本とする。
*一方のチームが8人に満たない場合、両チーム合意の上、極力両チーム同数とする。
- ② 交代要員の数は4人～6人を基本とするが、当日の全選手数によって両チームが事前に合意し、その数を決定する。
- ③ 交代の手続き：
 - (1) 交代して退く競技者は、交代ゾーンからフィールド外に出る。
 - (2) 交代要員は、交代ゾーンからフィールドに入り、競技者となる。
 - (3) 交代は、ボールがインプレー中、アウトオブプレー中にかかわらず行うことができる。
 - (4) 交代について、主審、補助審判の承認を得る必要はない。

競技者の用具

- ① 両チーム、異なる色彩のジャージー(シャツ)を着用する。
*両チーム、ジャージー(シャツ)の色彩が同じ場合、また、同色彩のジャージー(シャツ)が揃わない場合、ピブスを着用して対応することができる。
- ② ゴールキーパーのジャージー(シャツ)色彩は、両チーム同じでも良い。
- ③ ジャージー(シャツ)に背番号を付ける必要はない。
- ④ 競技者は靴を履く必要があるが、その種類は問わない。
- ⑤ すね当ては着用する。
- ⑥ 競技者の用具はその競技者のみならず相手競技者にとっても安全なものでなければならず、試合開始前に競技者および交代要員の用具が主審または補助審判によって検査される。
- ⑦ 眼鏡については、主審が安全であると判断したものは着用できる。

主審

- ① 試合は、1人の主審によって運営される。
- ② 主審は、フェアプレー精神あふれる行動やリスペクトある行動を取った競技者にグリーンカードを示す。
※グリーンカードは試合開始前から試合中、また試合終了後であっても、ボールがインプレー中、アウトオブプレー中にかかわらず示すことができる。



補助審判

- ① 試合には、補助審判1名が指名される。
- ② 補助審判の任務は次のとおりとする。
 - (1) 主審によって要請された試合前、中、後の管理上の任務を援助する。
 - (2) ボールの交換を管理する。
 - (3) 交代の手続きが円滑に行われるよう、主審を援助する。
 - (4) チーム、競技者が試合中にフェアプレー精神あふれる行動やリスペクトある行動を取っていたのを見た場合、主審に知らせ、主審がグリーンカードを示す援助をする。
 - (5) 警告する競技者の特定を間違えて別の競技者が警告された場合や、2つ目の警告が与えられたにもかかわらずその競技者が退場させられない場合、また主審の見えていないところで乱暴な行為が起きた場合には、主審に合図する。

🏆 試合時間

- ① 前、後半それぞれ10～15分間を原則とする（年代によって変更できる）。
- ② ハーフタイム、インターバルは、5分間とする。
- ③ 3ピリオド制とした場合、3ピリオド目の中間点で、両チームのエンドを替える。

* 前後半制

前半	ハーフタイム	後半
	エンドを替える	

* 3ピリオド制

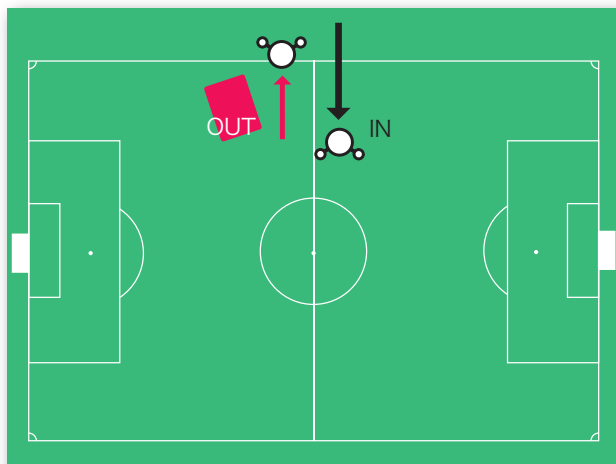
1ピリオド	インターバル	2ピリオド	インターバル	3ピリオド	
	エンドを替える		エンドを替える	エンドを替える	

🏆 プレーの開始および再開

キックオフから直接相手のゴールに入った場合は、相手にゴールキックが与えられる。

🏆 ファウルと不正行為

競技者が退場を命じられた場合は、その競技者のチームは交代要員の中から競技者を補充することができる。



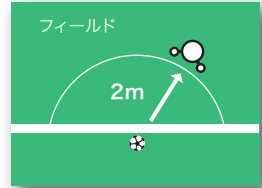
フリーキック

ボールがインプレーになるまで相手競技者は7m以上ボールから離れる。



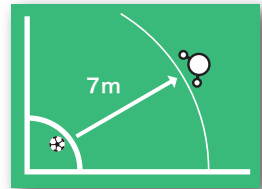
スローイン

相手競技者は、スローインが行われる地点から2m以上ボールから離れる。



コーナーキック

ボールがインプレーになるまで相手競技者はコーナーアークから7m以上離れる。



延長戦およびPK方式 (勝者を決定する必要がある場合)

- ① 前、後半それぞれ3分ずつの延長戦を設けることができる。
- ② PK方式において、両チーム3人ずつの競技者がキックを行ったのち、両チームの得点と同じ場合は、同数のキックで一方のチームが他方より多く得点するまで交互に順序を変えることなくキックは続けられる。

	1本目	2本目	3本目
Aチーム	○	×	×
Bチーム	○	○	けらない

	1本目	2本目	3本目
Aチーム	○	○	○
Bチーム	○	×	けらない

	1本目	2本目	3本目	サドンデスとなる	
Aチーム	○	○	×	○	×
Bチーム	○	×	○	○	○

1人審判法

主審ひとりで試合を運営する

サッカーは、競技者同士がお互いを尊重し、競技規則にしたがってプレーをするものです。反則をしないように、相手競技者にチャレンジします。ボールがフィールドから出たら、出した人が相手チームにボールを渡しても良いでしょう。

それでも、間違っって相手競技者をトリップしてしまうこともあるでしょう。どちらがボールを出したのか分かりにくい場面もあるかもしれません。審判員はそんなとき、判定をするなど競技規則を施行して、試合を運営していきます。

競技者自身が違反をしないでプレーをすることを心がけることによって、すがすがしく、楽しいサッカーがプレーされます。決して競技者は、審判員に見えなければ何をしてもよいということではありません。競技者だけでなく、指導者やサポーター、審判員も、お互いを理解し、協力しあって、一緒に素晴らしいサッカーを作り上げましょう。

一方、ひとりで主審を務めているのだから違反が見えなくてもよいとか、競技者自身が規則を守るようになっていないのだから違反を罰さなくてもよいというものではありません。競技者は一生懸命プレーしています。それを保障できるよう、ひとりで主審を務めていても試合をうまく運営できるように、最大限の努力をしましょう。

そのためには、ゴールラインをギリギリで越えて得点になるかならないかの場面でもきちんと判断し、オフサイドの反則もひとりで判定できるように、首を振って競技者の動きなどを事前に見ておくことや、主審の位置取りやそのための動きについてしっかり実践できるように準備しておく必要があります。

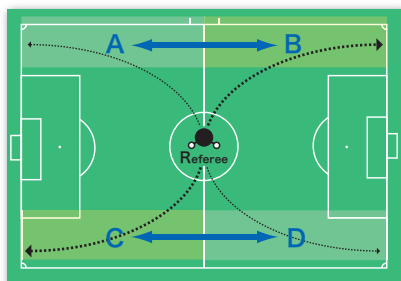
1. 位置取りと動き方

正しい判定を行うためには、良い位置取り（ポジショニング）が重要です。プレーから遠すぎれば、細かな動きは見えません。といって近すぎれば、全体像を見失ってしまいます。

プレーから離されることなく、しかし、オフサイドの判定も行うために広い視野を確保できる位置取りが必要になります。

普段、副審と一緒に審判を行う場合、ベンチから見て右側奥方向から左側手前方向に動く（図：C⇔B）こととなります。しかし1人審判法の場合、副審はいないので、逆の対角線（A⇔D）で動いても、試合中、対角線を自由に変えることも可能です（C⇔B⇔A⇔D）。必要であれば、B⇔AやC⇔Dに直線的に動くこともできます。

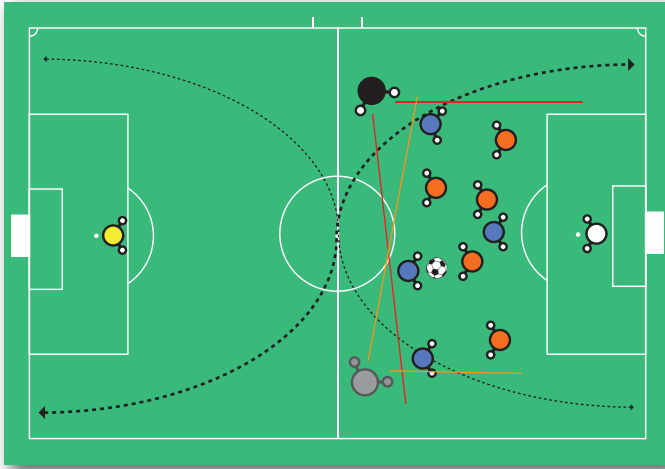
ただし、フィールドの中央ばかりに位置したり、中央を縦に動くことになれば、プレーの邪魔にもなりやすく、プレーの全体を視野に入れることができなくなるので、そのような位置取りは避けます。



● 具体例 1

主審は、「ボールを中心とした争点」と「次に展開がされそうな場所」を見ることができ
る位置を取ることを常に心がけます。

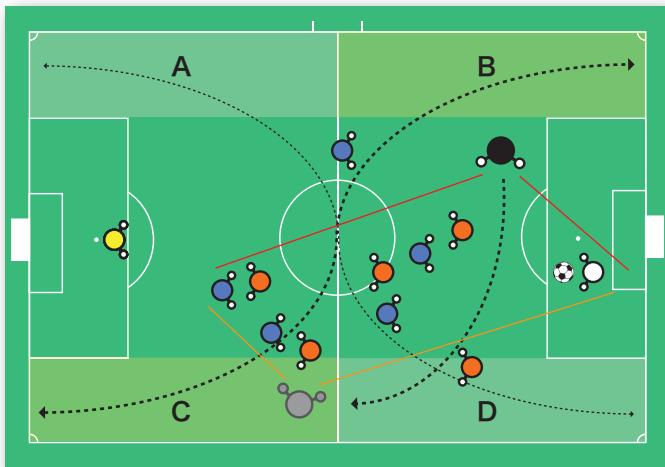
また、フィールドの大きさを考えて、プレーの邪魔にならないように動くことも必要です。



● 具体例 2

ゴールキーパー (GK) から逆襲が始まるうとしているときは、GKのプレーを視野に入
れながら、できるだけ早く次の争点を監視する位置に移動します。

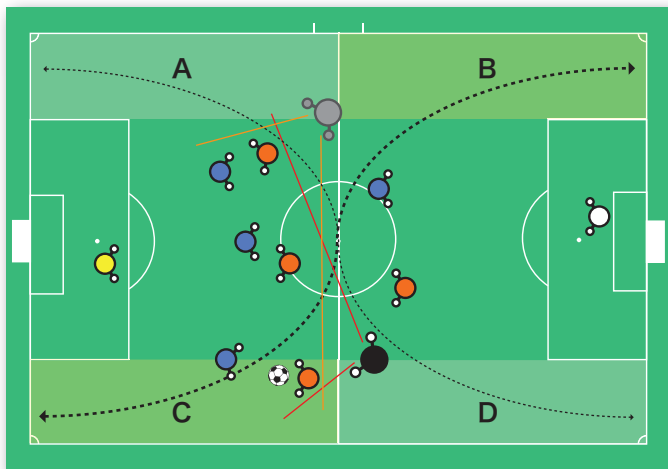
もしAの方向にボールがフィードされるのであれば主審はCの方向に、Cの方向にボール
がフィードされるのであれば、Aの方向に動くことが多くなります。



● 具体例 3

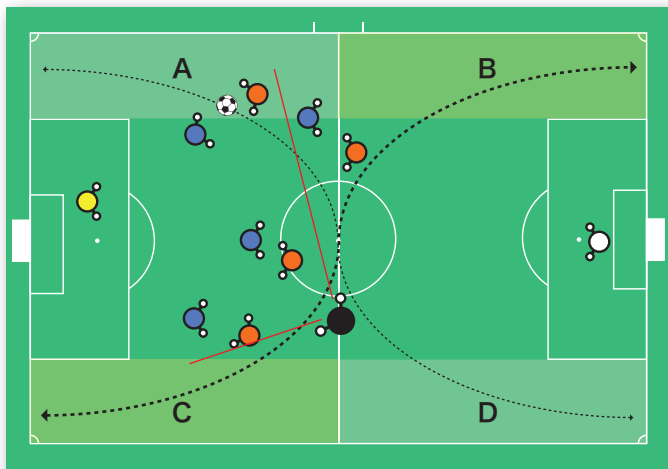
攻撃がゆっくりCゾーンに展開されたときは、プレーをやや後方から監視する位置に移動することが一般的です(●)。

早い攻撃の場合や、次に展開される可能性がある場所を見通せる角度をとるために、Aゾーンへ移動(逆の対角線へ移行して●の位置を取る)も有効な方法です。



● 具体例 4

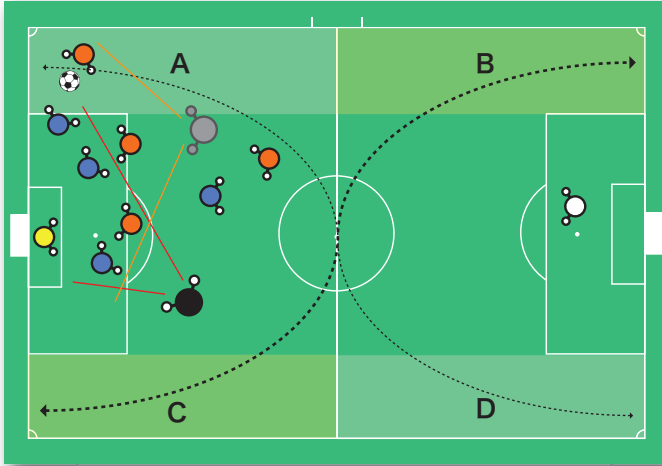
逆襲によりAゾーンに展開されるときは、BゾーンからCゾーンへの対角線を取りながら、次にボールが展開される可能性がある場所を見通せる位置取りが大切です。



● 具体例 5

Aゾーンからクロスボールがけられそうなときは、やや中央に入り(●)、キッカーの位置とゴール前の争点を監視します。

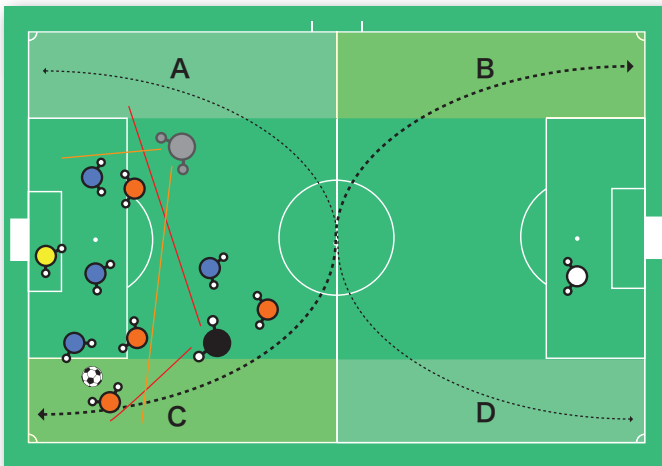
事前に●の位置を取っていたならば、やや後方からの監視が有効的です。クロスボールが入った後に、やや中央へ移動します。



● 具体例 6

具体例5とは逆にCゾーンからクロスボールがけられそうなときで、事前に●に位置していた場合、やや後方から、キッカーのところとボールがけられるコースのゴール前の争いが見えるようにします。

もし●側に位置していた場合、やや中央に移動しながら、プレーや次の争点を監視します。



2. オフサイド

ひとりで審判する場合、もっとも難しいのがオフサイドの判定です。一度に前線の競技者とパスを出す競技者を同一視野に入れることが最良の方法ですが、なかなかそういきません。

であれば、パスが出されそうなときに前線の競技者の位置を確認しておき、パスがだされた直後に、パスのスピードと前線の競技者の位置を再確認し、前線の競技者の移動のスピードも考慮したうえ、オフサイドなのかオフサイドでないのかを判断することもできます。

3. ボールがフィールドから出るか出ないか

1人審判には副審がつきません。副審は自分の位置するラインの横からきっちりボールのイン、アウトを見極められますが、ひとりの場合ラインから出ているのか出ていないのかなか見極めが難しいので、日頃の訓練よって、その感覚を養っておく必要があります。

4. 補助審判

8人制サッカーでは“補助審判”が任命されますが、補助審判は補助的な審判員であるので、決してファウルの判定や警告をすることはできません。また、ボールがフィールド外に出たのかどうかを判断することも、その任務ではありません。しかし、主審が試合を運営するにあたって、様々な事象に対応することによって、主審を援助します。

その重要な任務に『交代の管理』があります。8人制サッカーではボールがアウトオブプレー中だけでなくインプレー中でも競技者は自由に交代要員と交代することができます。ボールがインプレー中に交代が行われることを主審が管理することは大変難しいので、補助審判は『交代の管理』をする必要があります。

また、主審とともに試合の記録を取ることも任務のひとつです。得点や警告、退場だけでなく、グリーンカードの提示など試合の記録を取って、主審が間違えて2度目の警告だけで終わらせてしまうような場合や、ベンチにいる交代要員などがリスペクトある行動をした場合、主審に知らせることも大切な役割です。

グリーンカード

子どもたちは、サッカーを通して「全力を尽くすこと」、「助け合うこと」、「フェアに戦い、仲間を大切にすること」、「サッカーを楽しむ環境を与えてくれる人に感謝すること」を自然に学んでいます。

このようなポジティブな行動がサッカーの精神に基づいたものであるとき、大人たちはそれをほめたたえます。子どもたちは、その行動を認められることによって、さらに成長していきます。

フィールドにいる22名(16名)の競技者全員が、サッカーの精神に基づいてプレーに集中して戦っている中で、ポジティブかつリスペクト溢れる行動をしたときに賞賛や感謝を示す方法の1つがグリーンカードです。

全力を尽くす、お互い助け合う、フェアに戦う、仲間を大切にする、サッカーを楽しむ環境を与えてくれる人に感謝しているなど感じたならば、グリーンカードを示します。

グリーンカードを提示するときに注意することは、

- 「試合の流れを止めない」
- 「ポジティブな行動の意図を見極める」
- 「躊躇せずに示す」
- 「誰に示されたのか分かりやすいように」
- 「声やジェスチャーのみをほめたたえるのもよい」

サッカーに携わるすべての人を「互いに大切な仲間」と思い、お互いフェアに競い合い、身につけてきた技術や戦術を精いっぱい出し合ってプレーする。そんなプレーや行動が自分自身のものになって、美しい心が育ちます。サッカーの指導者や審判員は、美しい心を伝えてくれるような感動あるプレーや行為を子どもたちがしたときに、グリーンカードを示してください。



8人制サッカールールと審判法

2009年10月31日 第1刷発行

発行所: 財団法人 日本サッカー協会

〒113-8311 東京都文京区サッカー通り(本郷3-10-15) JFAハウス

TEL: 03-3830-2004(代表)