

---

## 規則 8 – キックオフ

---

両チームのキャプテンがキックオフの際にボールをとるか陣地を選ぶかを決定する（コイントスマたはジャンケン）。

選手はそれぞれの陣地の中にいる。キックオフをおこなわないチームはボールから6メートル以上離れる。コート中央に置かれたボールは後方に出すことも可能である（というのはハーフウェイラインが存在しないからである）。

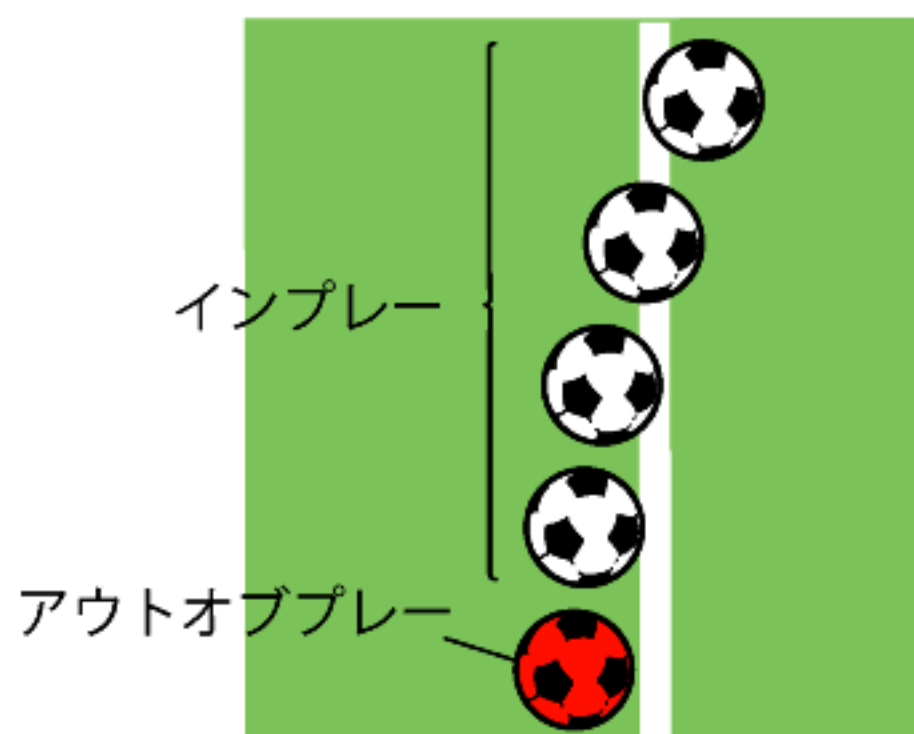
キックオフでの直接ゴールが可能。

---

## 規則 9 – インプレー・アウトオブプレー

---

ボールがコートの枠内から完全に  
出るまでプレーは続行される。

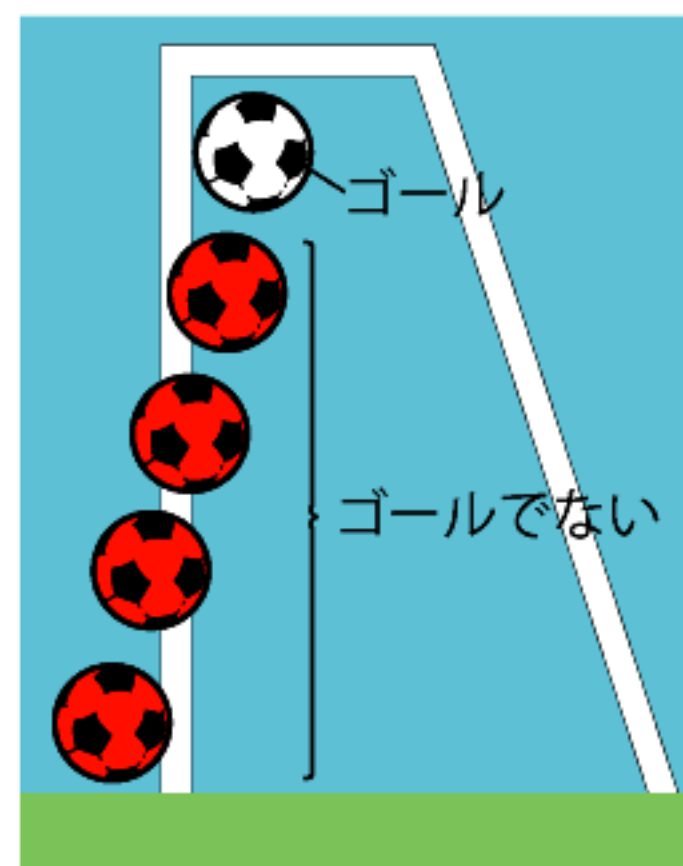


---

## 規則 10 – 得点

---

得点は、ボールがゴールライン（ゴールポストとゴールバーの間）を完全に超えたときに有効となる。



---

## 規則 11－オフサイド

---

フット・ア・セットにおいてオフサイドは存在しない。

---

## 規則 12－反則と不正行為

---

11 人制サッカーの競技規則に準ずるが、タックル及びショルダーチャージも反則になる。スライディングタックル（相手がいないときのみ可）も反則となる。再開は相手チームの直接フリーキックになる。ペナルティエリア内で起きた反則はペナルティキックとなる。但し、ペナルティキックとならない場合もある。

キーパーへのバックパスに対してキーパーが手で処理することは可能である。キーパーはペナルティエリアの中ならどこでも手でボールを扱うことができる。

### A－直接フリーキックまたはペナルティキックになる反則

- ① 相手を蹴る、蹴ろうとする
- ② 相手の足をはらう、足をかける
- ③ 相手の上に飛びかかる
- ④ 後方から相手にぶつかる
- ⑤ 相手を打つ、打とうとする
- ⑥ 相手をつかむ（ユニホームをつかむ）
- ⑦ 相手を押す

※故意に手や腕でボールに触れる、故意でなく体から離れた腕にボールが触れる（ペナルティエリア内にいるキーパーを除く）



① 相手を蹴る、蹴ろうとする



② 相手の足をはらう、足をかける



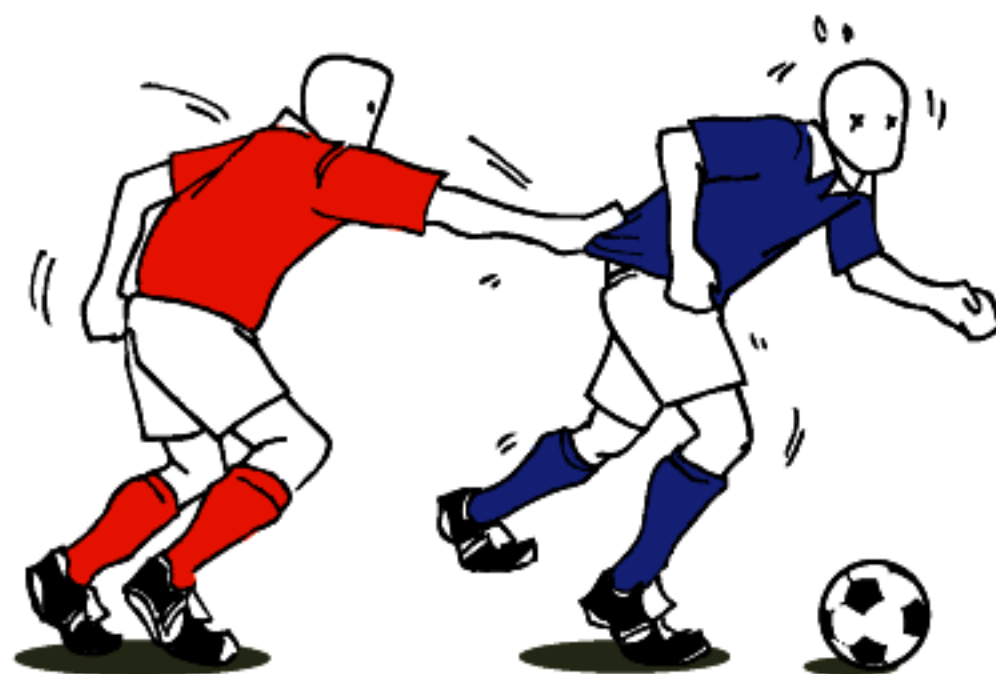
③ 相手の上に飛びかかる



④ 後方から相手にぶつかる



⑤ 相手を打つ、打とうとする



⑥ 相手をつかむ (ユニホームをつかむ)



⑦ 相手を押す



※故意に手や腕でボールに触れる、故意でなく体から離れた腕にボールが触れる (ペナルティーエリア内にいるキーパーを除く)



B－直接フリーキックになる反則（ペナルティエリア内であっても反則を犯した地点から）

- ① 危険なプレーをする（足を高く上げる）
- ② ボールでなく相手の体にぶつかる
- ③ キーパーにぶつかる（オフサイドやゴールエリアは存在せず、ペナルティエリア内でのキーパーとの接触は、それが故意であったとき反則となる）



① 危険なプレーをする（足を高く上げる）



② ボールでなく相手の体にぶつかる



③ キーパーにぶつかる

C－一時的な退場になる反則

- \* タックルをする
- \* 競技ルールに背く
- \* 決定に従わない
- \* 不誠実な行為をする

## D－決定的な退場になる反則

- \* 後方からタックルをする
- \* キーパーを除いた最後のディフェンダーが相手選手を反則で止める
- \* 試合を乱雑にした責任がある
- \* 乱暴な行為や雑に振る舞う

注意：すべての反則は、その反則のあったのがゲーム進行中であったときにだけフリーキックに移される。



## ○ 一時的な退場

目的：暫定的に、また一定時間普通の状態にない選手に制裁を加える付加的な手段を与える。

課程：一時的な退場を決めた両チームまたはメディアラーが、その選手に口で合図する。

一時的な退場の時間は3分間。

試合中に一度制裁された選手が、その試合中にもう一度制裁された場合、その選手は決定的な退場になる。



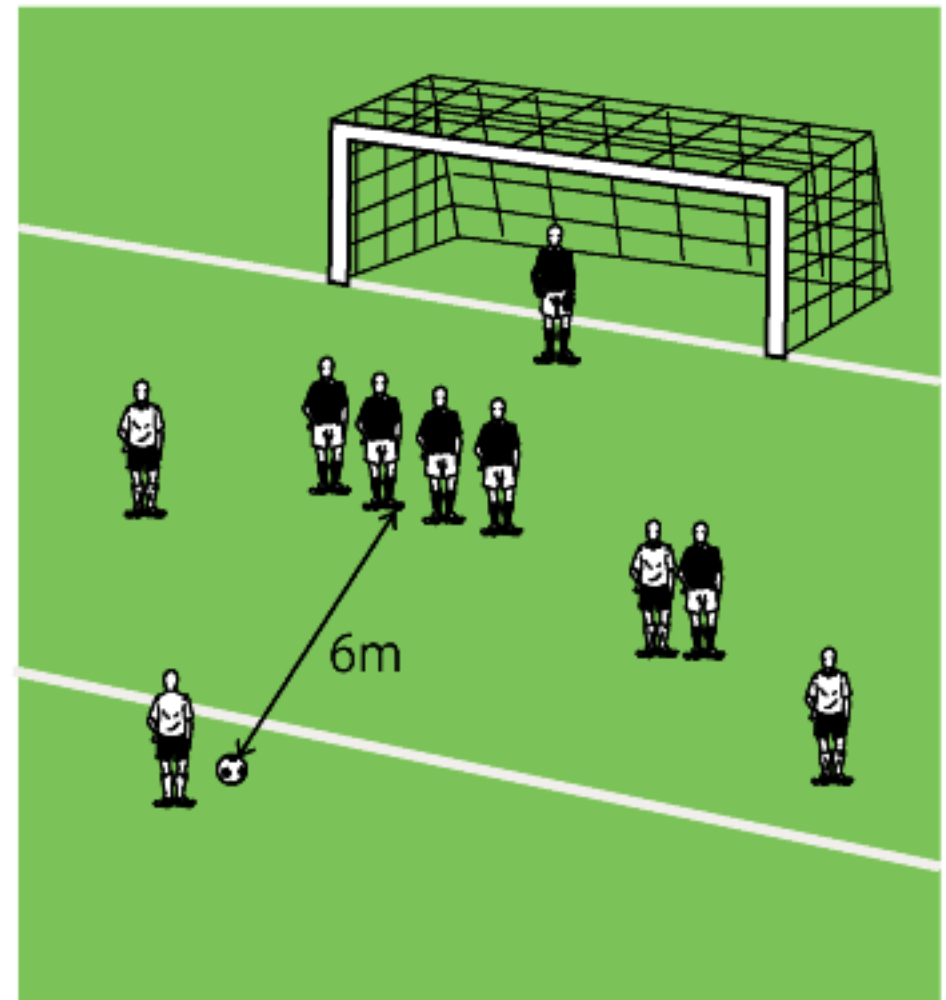
---

## 規則 13－フリーキック

---

7人制サッカーでは、すべてのフリーキックが直接であり、フリーキックからの直接ゴールが認められる。相手チームの選手はボールから6メートル以上離れなければならない。

注意：ペナルティーエリア内で直接フリーキックを蹴ることがある。規則12-Bのように、例えばペナルティーエリア内で足を高く上げる反則はペナルティーキックにはならない。しかしながらゴールエリアが存在しないので、ゴールラインに近い位置での反則では、フリーキックはゴールラインから6メートル離れた位置からおこなわれる。



---

## 規則 14－ペナルティーキック

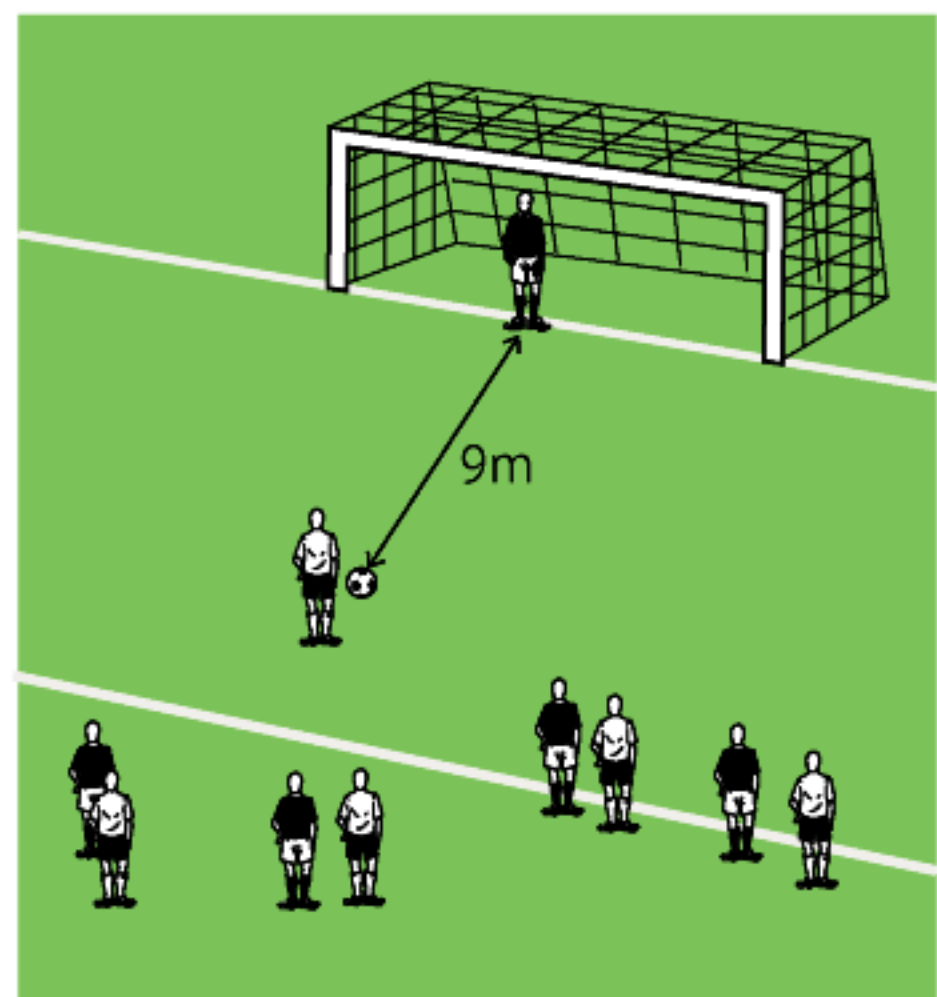
---

ペナルティーキックはペナルティーエリアの中で反則が犯されたときにおこなわれる（規則12-A）。

ペナルティーキックはゴールから9メートル離れた地点でおこなわれる。

キーパーはボールが蹴られるまでゴールライン上にいなければならない。

他の選手はペナルティーエリアの外にいなければならない。



---

## 規則 15－タッチラインからのインプレー

---

タッチラインからのインプレーはキックインとなる。ボールは、それが出たライン上またはその近くに置かれる。相手選手はボールから6メートル以上離れなければならない。

キックインからの直接ゴールは認められない。その場合はゴールキックから試合が再開される。

---

## 規則 16－ゴールキック

---

攻撃側の選手が最後にさわってボールがゴールラインを割った場合、ゴールキックとなる。ゴールキックの際、相手チームの選手はペナルティエリアの外にいないなければならない。

ゴールキックをおこなう側のチームの選手は、ペナルティエリア内のどこにボールをおいてゴールキックをおこなってもよい。

キーパーはスローで再開することもできる。

ゴールキックからの直接ゴールは認められない（相手側のゴールキックとなる）。

---

## 規則 17－コーナーキック

---

守備側の選手が最後にさわってボールがゴールラインを割った場合、試合はコーナーキックによって再開される。相手チームの選手はボールが置かれた位置から6メートル以上離れなければならない。



## Q1 セルフジャッジの趣旨は？

一言でいえば、フェアプレーをルール化するために編み出された方法の一つと言えます。近年のサッカーでは、見つからない反則は何でもやって良いという風潮があり、審判に見えないところで相手をつかむ行為やユニフォームを引っ張る行為はアマチュアでも当たり前のように行われています。また、反則が戦術的に有効だとされる場合も少なくありません。こうした状況下では、フェアプレーは賞賛すべき努力目標に留まらざるを得ません。フット・ア・セットでは、セルフジャッジにより、フェアプレーをゲームの成立要件とすることを意図しているのです。

## Q2 フット・ア・セットに戦術はあるの？

フォーメーションでいえば、2-3-1や3-2-1、2-2-2が基本になると言えます。フット・ア・セットでは接触プレーのないゲームが求められるので、11人制サッカーと比べて「ポジショニングの勝負」がよりゲームの勝敗を左右することになります。また、選手交替の自由やオフサイドがないことなど、ヴァリエーションの豊富な戦術を立てることを容易にします。既成概念にとらわれない、マイチーム戦術を発明してみてください。

## Q3 セルフジャッジでは真剣勝負にならないのでは？

真剣にサッカーを楽しむことができます。言葉による説明よりも体験的に理解してもらえればと思います。結果のための真剣勝負から楽しむための真剣勝負へ。新たなスポーツ文化の構築への偉大なる挑戦です。