矢那瀬ラグビークラブ

ラグビーのルールを覚えよう

◎ラグビーの基本

ラグビーは、１つのボールを２チームの選手が奪い合い、ボールを持って相手のゴールスペース（インゴール）に攻め入り、このスペースにボールをタッチさせることによって得点できます。この得点を「トライ」といい、トライすると、ゴールスペースに立ててある2本のゴールポストにキックする（ゴールキック）権利を得られ、ゴールポストの間にボールが入ればこれも得点となります。このトライを得るために、お互い体をぶつけ合い、ボールを奪い合います。

まず、ラグビーのボールの扱い方を覚えましょう。ボールは、手に持って走る、手で放る（パス）、足で蹴る（キック）という行為が認められています。体のどの部分にボールが触れてもかまいません。ただし、ボールをパスする際は、自分より後ろにいる選手に放るというのがラグビーの一番大きな特徴です。

◎得点方法

ラグビーの得点には「トライ」と「ゴールキック」の２種類があります。トライは２種類、ゴールキックには３種類の得点方法あり、それぞれ得られる点数が異なります。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 得点の種類 | 方　法 | 得点 |
| トライ | 相手のスペース（インゴール）にボールを着地させた時点で「トライ」となります。このボールの着地は、ボールを持ち込んだ選手がボールに触れた状態でないと認められません。ボールが転がっていってインゴール内に入ってもトライになりません。 | ５点 |
| ペナルティトライ | 相手チームの反則がなければ、ほぼ間違いなくトライになって点数が得られていた、と認められた場合です。 | ５点 |
| コンバージョンゴール | トライを決めたあとで、トライした側のチームがゴールキックを成功させた場合です。 | ２点 |
| ペナルティゴール | 相手チームの反則に対してキックすることができるときに、そのキックでゴールキックを成功させた場合です。 | ３点 |
| ドロップゴール | 通常のプレー中に、ドロップキック（ボールを地面に落とし、跳ね返ったボールを蹴ること）でゴールキックを成功させた場合です。 | ３点 |