



# バスケットボール 5 対 5 競技公式ルール



## 目次

1. 適用するルール .....	3
2. 公式種目 .....	3
3. チーム競技（5 対 5） .....	3
3.1 ディビジョン .....	3
3.2 競技会適用事項 .....	3
3.3 チームとプレイヤー .....	4
3.4 ユニフォーム/服装 .....	4
4. コートと設備 .....	5
4.1 バスケットボール .....	5
4.2 バスケット .....	5
5. バスケットボール技能評価テスト（BSAT） .....	5
5.1 BSAT – ドリブル .....	5
5.2 BSAT – ペリメーターシュート .....	6



## 1. 適用するルール

スペシャルオリンピックス(SO)のバスケットボール公式スポーツルールは、全てのスペシャルオリンピックスバスケットボール競技において適用される。国際的なスポーツ組織として、スペシャルオリンピックスは国際バスケットボール連盟(FIBA)のルール(参照: <http://www.fiba.com>)を基に、スペシャルオリンピックス公式スポーツルールを定めた。スペシャルオリンピックスのバスケットボール公式スポーツルールおよびスポーツルール第I章 総則と矛盾する場合以外はFIBAあるいは国内競技団体NGBのルールが採用される。矛盾する場合は、スペシャルオリンピックスのバスケットボール公式スポーツルールが適用される。

参考: スペシャルオリンピックス スポーツルール第I章 総則

行動規範、トレーニング基準、医療および安全面の必要条件、ディビジョンング、表彰、上位レベルの競技会への進出条件とユニファイドスポーツを参照してください。

## 2. 公式種目

これらの種目は、あらゆる能力のアスリートに競技する機会を提供することを目的としている。各国プログラムは提供する種目、および必要に応じて、それら種目の運営方針を決定することができる。コーチは、それぞれのアスリートの技術と興味に応じて、適切なトレーニングの提供と種目を選択することに責任がある。

以下はスペシャルオリンピックスにおける公式種目の一覧である。

チーム競技(5対5)

ユニファイドスポーツ®: チーム競技(5対5)

## 3. チーム競技(5対5)

### 3.1 ディビジョンング

- 3.1.1 ヘッドコーチは競技会の前に、登録された各プレイヤーのバスケットボールスキル評価テスト(BSAT: Basketball Skills Assessment Tests)の2種目のスコア(ドリブル、ペリメーターシュート)を提出しなければならない。
- 3.1.2 このテストは、プレイヤーおよびチームの評価を行うためのものであり、メダルやリボンを争う競技種目ではない。**BSATに関する項目については、セクション5を参照すること。**
- 3.1.3 ヘッドコーチは、コート上のアスリートの能力に従って、その能力の高い順に5人のアスリートを出し、登録選手の名前の横に星印を付ける。
- 3.1.4 チームスコアは上位7人の得点の平均点とする。
- 3.1.5 チームは、BSATのチームの得点でディビジョンにグループ分けされる。
- 3.1.6 予選は、予選の規模に最も適したプロセスを利用して実施できる。これには、アセスメントテストのビデオ、スイスラダー方式(すべての参加者が一定数の試合を行うトーナメント)、または直接競技形式の使用が含まれる場合がある。
- 3.1.7 予選では、各チーム最低6分以上8分以内のゲームを1試合以上行う。
  - 3.1.7.1 競技バランスを保つために予選のプロセスにおいて、各チームはどのプール(\*予選グループ)からも変更される可能性がある。ディビジョンング委員会は決勝の前にディビジョンングを調整する権利を有する。
  - 3.1.7.2 ゲームとディビジョンングプロセスの一貫性を保証するために全力を尽くすこと。当該委員会の最終目的は、同じ能力のチームでディビジョンを選抜することである。委員会の決定は最終的なものであり、不服を申し立てたり抗議をしたりすることはできない。
- 3.1.8 各チームのメンバー全員が試合に出場しなければならない。

### 3.2 競技会適用事項

次の項目は、スペシャルオリンピックスのバスケットボールチーム競技を実施するにあたって使用可能なFIBAとJBAのルールを適用させたものである。これらの適用ルールを使用するか否かは任意であり、各



SO のプログラムに一任される。

- 3.2.1 競技運営者の裁量によって、ゲーム時間を調整することができる。
- 3.2.2 競技運営チームの裁量によって、24 秒ルールまたは 30 秒ルール（ショットクロック）が適用される。
- 3.2.3 フリースローのシューターは審判がプレイヤーにボールを手渡しされてから 10 秒以内にシュートしなければならない。
- 3.2.4 フロントコートでのスローインは、バックコートへ入れても良い。（バックパスとはしない）
- 3.2.5 タイトなディフェンスを受けた場合の 5 秒ルールはフロントコートでのみ適用される。
- 3.2.6 第 4 ピリオド以降のシューティング時以外のファウル（プレイヤーのテクニカルファウルを含む）には相手チームに 2 回のフリースローが与えられる。
- 3.2.7 医療用装備を着用する必要がある場合には、競技会が始まる前に了承を得ておく必要がある。これには顔や前腕（肘から手首まで）、膝、下肢を覆うものはどんな装備も含まれる。医師が作成した着用目的や構造が明示された書面があればリスクマネジメントの点で役立つだろう。
- 3.3 チームとプレイヤー
  - 3.3.1 1 チームは 5 人のプレイヤーから成る。
  - 3.3.2 チーム構成は交代要員を含めて 10 名までとする。
- 3.4 ユニフォーム/服装
  - 3.4.1 選手は全員、バスケットボールに適した背番号つきのウェアを着用し平らなゴム底の運動靴を履く。
  - 3.4.2 チームユニフォームのシャツとパンツは相応しい色と形で揃っていなければならない。
  - 3.4.3 アンダーシャツを着用する場合にはユニフォームの（縁に使われる色ではなく）基本色に合わせた色 **または白** でなければならない。アンダーシャツはチームの一部または全員が着用しても良く、半袖またはタンクトップが望ましいが、切込みや端がギザギザのものは認めない。
  - 3.4.4 ヘッドカバーは認められているが FIBA のルールに従わなければならない。
    - 3.4.4.1 医療用ヘッドカバーと同じ安全を満たすものでなければならない。ヘッドカバーは、装飾のない単色の無地でなければならない。
  - 3.4.5 ユニフォームの規則に従わない者は試合に参加することはできない。

### 3.5 ユニファイド・スポーツ

#### 3.5.1 ユニファイド・スポーツチーム対抗戦 5 対 5

- 3.5.1.1 登録選手には適正な人数比のアスリート、パートナーが含まれる。
- 3.5.1.2 チーム 5 対 5：ゲームを開始するには 5 人のプレイヤーが必要である。FIBA のルールでは FIBA の規則では、2 人以上のプレイヤーで試合を続けることができる。試合は没収される。試合開始後および競技中は、次の布陣比率のみが許される。以下のラインアップ比率のみが許される： 5 対 5 バスケットボール（試合開始時 5 人 5 対 5 バスケットボール（試合開始時コート上に 5 人／チームは最大 2 人まで下がることができる）：
  - 3A/2P（試合開始時）
  - 3A/1P 例外：パートナーのパーソナルファウル **または負傷** により、アスリート 3 名とパートナー 1 名でプレーを続行できる）
  - 2A/2P
  - 2A/1P
  - 1A/1P
- 3.5.1.3 すべての種目において、アスリートとユニファイドパートナーは、同程度の年齢と同程度の競技能力でなくてはならない。同程度の年齢と能力に関する詳細については、スポーツルール第 1 章総則 14.1.2 を参照のこと。



3.5.1.4 アスリートはアスリートと、パートナーはパートナーとしか交代できない。

これらの交代に従えない場合、チームは連盟（FIBA）の規則に従い、降格することができる。有意義な参加の原則は常に守られなければならない。

3.5.2 各チームには、競技中のチームのラインナップと行動に責任を持つ、競技者ではない成人のコーチを付け  
る。

#### 4. コートと設備

##### 4.1 バスケットボール

4.1.1 12歳以上の男性アスリートの競技では、サイズ7のボールを使用する。  
(円周 749mm [29.5 in]~780mm [30.7 in]、重さ 567g [20 oz]~650g [23 oz])

4.1.2 12歳以上の女性アスリートの競技では、小さいサイズ6のボールを使用する。  
(円周 724mm [28.5 in]~737mm [29 in]、重さ 510g [18 oz]~567g [20 oz])

4.1.3 12歳未満の全アスリート（男女共）の競技では、小さいサイズ5のボールを使用する。  
(円周 686mm [27 in]~724mm [28.5 in]、重さ 397g [14 oz]~454g [16 oz])

##### 4.2 バスケット

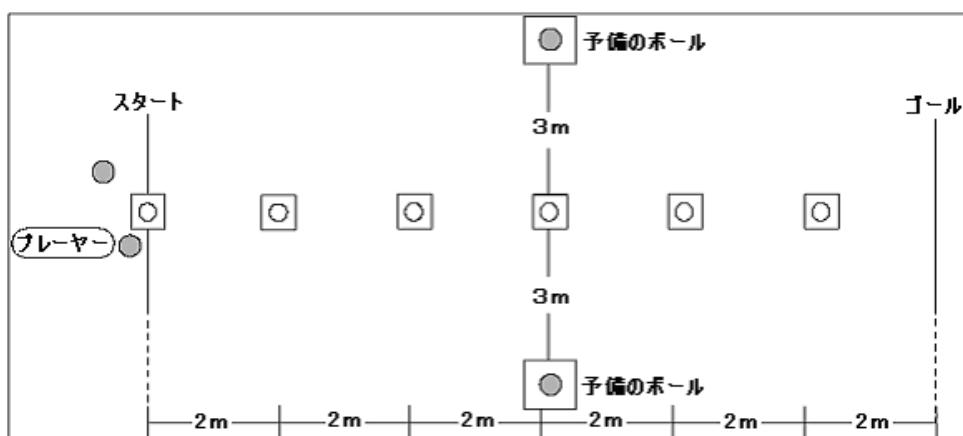
4.2.1 バスケットはバックボード、リング、ネットから成る。

4.2.2 競技に際しては、リングの高さを通常床上 3.05m (10ft) に設置する。

4.2.3 ジュニアディビジョンの競技では床上 2.44m (8ft) に設置してもよい。

### 5. バスケットボール技能評価テスト (BSAT)

#### 5.1 BSAT – ドリブル



5.1.1 準備（用具）：バスケットボールコートエリア（なるべくサイドラインかセンター線に沿ったエリア）。セイフティコーン 6 個、床テープ、バスケットボール 4 個（1 個はアスリートがスタート時に使用し、2 個はボールが大きく逸れた時の予備とし、残りの 1 個はテストを続行させるためのもの）。

5.1.2 計時：1 回の試技につき 1 分間

5.1.3 テスト方法

5.1.3.1 プレイヤーは全長 12m の間に 2m(6ft 6 3/4in)間隔で 1 列に並べられた 6 つの障害物の右左をドリブルで交互に通過する。

5.1.3.2 プレイヤーは障害物コースの左右どちらからもスタートして良いが、その後は左右交互に通過しなければならない。コーンを 1 個通過するたびに 1 点が与えられる。（例えば、スタートラインから障害物のコース全体を正確にドリブルで通り抜けると計 5



点が与えられる)

- 5.1.3.3 最後の障害物を通過し、ゴールラインに達したらボールを置き、スタートラインに走って戻り、ボールを取ってもう一度ドリブルを繰り返す。
- 5.1.3.4 プレイヤーは 1 分間が経過するまでプレーを続ける。
- 5.1.3.5 プレイヤーがボールのコントロールを失ったときも時計は動き続ける。
- 5.1.3.6 プレイヤーはボールを取りに行くか、もしくは最も近くにある予備のボールを取り、コースのどこからでも再開することができる。

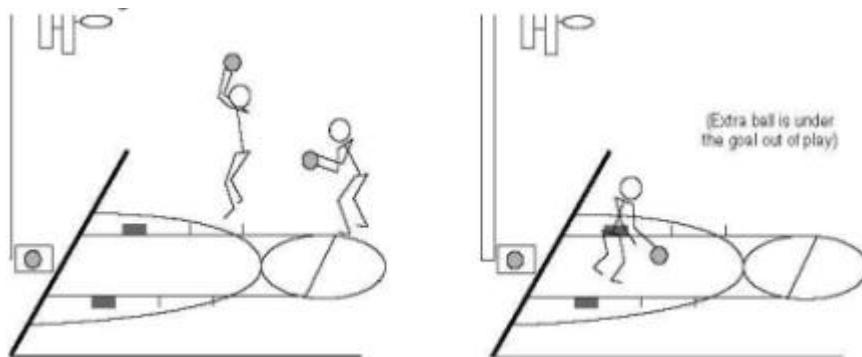
5.1.4 得点方法

- 5.1.4.1 プレイヤーは正規のドリブルをし、障害物間を移動するときのボールのコントロールができるなければ、その障害物を正確に通過したとはみなされない。)
- 5.1.4.2 プレイヤーの得点は、1 分間にいくつの障害物（中間点）を正確に通過したかによって算出される。

5.1.5 設定

- 5.1.5.1 ボランティアはテストの運営を担当するが、テストに参加しているプレイヤーの邪魔をしないこと。
- 5.1.5.2 ボランティア A は、ボランティア B が実際にデモンストレーションを行っている間に、本テストのやり方について説明する。
- 5.1.5.3 ボランティア A はテストを受けるプレイヤーにボールを渡して、テスト直前に手を上げて合図し、ローホイッスルを鳴らしてテストを開始し、プレイヤーが何回コーンを通過したかを数える。
- 5.1.5.4 ボランティア B と C は、予備のボールの後ろで待機し、ボールが外に出てしまい、プレイヤーが予備のボールを使った場合に、外に出たボールを取り、所定の場所に置き換える。
- 5.1.5.5 ボランティア D はタイムを計り、スコアをつける。
- 5.1.5.6 各ボランティアはテストの運営、その持ち場のみを管理する。

5.2 BSAT – ペリメーターシュート



- 5.2.1 用具：ゴール、公式 JBA のフリースローレーン、床テープ、バスケットボール 2 個（1 個目は開始時にプレイヤーに与え、2 個目はボールが大きく逸れた時の予備とする）

- 5.2.2 計時：1 回の試技につき 1 分間

5.2.3 テスト方法

- 5.2.3.1 プレイヤーはフリースローラインとレーンの左右どちらかの接点に立つ。プレイヤーは、5.2.3.2 ゴールに向かってドリブルし、2.75m(9ft)の円弧の外側で任意の場所からシュートする。
- 5.2.3.2 このシュートは、点線で描いた 2.75m の円弧の外側からされなければならない。（こ



の円弧はフリースロー制限区域の円周と交わる）。

- 5.2.3.3 プレイヤーは（ゴールの成否にかわらず）シュートしたボールのリバウンドを自分でとり、いったんドリブルで円弧の外側に出てから次のシュートをする。
- 5.2.3.4 プレイヤーは、上記の要領でなるべく多くのゴールを1分間の中で決める。
- 5.2.4 得点方法
  - 5.2.4.1 1分間のトライアルで、フィールドゴール1回の成功につき2点を得る。
- 5.2.5 設定
  - 5.2.5.1 ボランティアはテストの運営を担当するが、テストに参加しているプレイヤーの邪魔をしないこと。
  - 5.2.5.2 ボランティアAは、ボランティアBが実際にデモンストレーションを行っている間に、本テストのやり方について説明する。
  - 5.2.5.3 ボランティアAはテストを受けるプレイヤーにボールを渡して、テスト直前に手を挙げて合図し、ローホイッスルを鳴らしてテストを開始し、プレイヤーが1分間に決めたフィールドゴールの本数を数える。
  - 5.2.5.4 ボランティアBは、予備のボールの後ろで待機し、ボールが外に出てしまいプレイヤーが予備のボールを使った場合に、外に出たボールを取り、所定の場所に置き換える。
  - 5.2.5.5 ボランティアCはタイムを計り、スコアをつける。
  - 5.2.5.6 各ボランティアはテストの運営のみを行い、その持ち場のみを管理する。