

令和六年度 第18回 体育祭  
晴天時ルールブック  
体育祭実行委員会

## ～共通のルール～

- 競技は1年→2年→3年→4年→5年の順番で行います。
- 審判が競技中に暴力行為、危険行為、妨害行為、備品破壊の恐れがある行為があったと判断した場合その本人もしくはそのチームは即刻失格とします。
- 各競技、原則物の持ち込みは禁止です。軍手などの安全のためのものは、こちら側で確認し、許可いたします。
- 競技が終了したクラスは招集誘導員に従って速やかに待機場所へと戻ってください。
- 審判の判定には必ず従ってください。
- なるべく手洗いやうがい、水分補給をこまめに行ってください。
- 最低でも全員、四方綱引きか玉入れさせない(玉を入れる側か妨害側)のどちらかの種目に参加してください。(クラスの人数の関係上、どちらの競技にも参加する人がいても構いません)
- 担任は参加しても構いません。むしろ参加してください。

## ～競技のルール～

そのルールに**違反した場合**の文末に、(△)がある場合は**減点**、(×)がある場合は**失格**になる可能性があります。必ず守るようにしてください。そして競技の名前の横に**(試合時間、人数、試合数)**が書いてあります。

一玉入れさせない(1試合90秒、各クラス玉入れ側20人、妨害側4人、1試合)

⇒共通事項

- 玉を入れる側として各クラス**20人ずつ**、妨害側として**4人ずつ**参加してください。
- 軍手、作業手袋、ゴム手袋、妨害棒以外の道具の使用は認めません。
- 入った玉の個数で順位を決定します。
- スタートするまで玉を触ったり、**移動させないでください**。(△)
- ピストルがなったらスタートしてください。

⇒玉入れ側

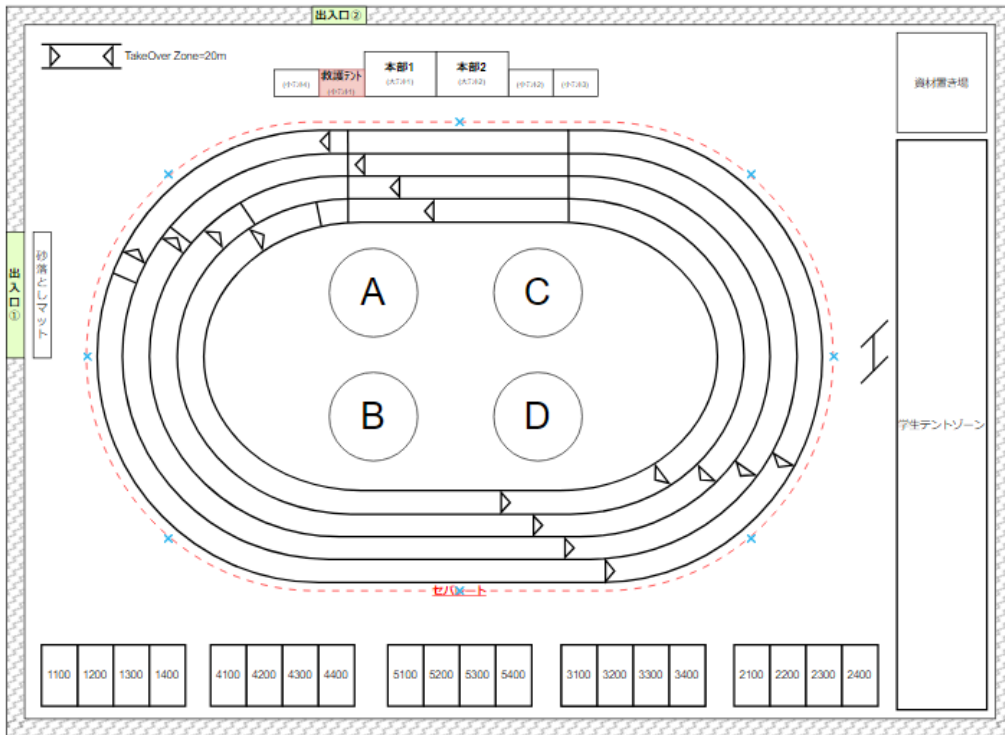
- 玉入れ側は**外ラインより外側でラインを踏まず**に玉を投げてください。(△)
- **内ラインの外側まで**入って**玉を回収**することはできますが、玉をその位置から投げることは禁止します。(△)
- 玉は**1回につき、2個まで**持てます。ただし**2個同時に投げる**ことはできません。(△)
- **内ラインより内側に入らないでください**。(×)
- 人に**玉を投げないでください**。(×)

⇒妨害側

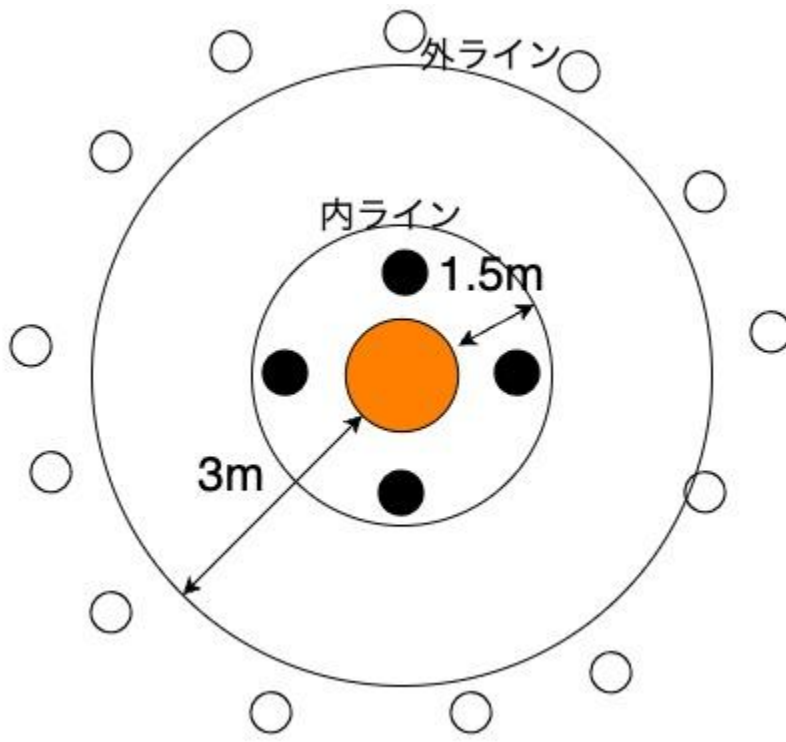
- 妨害側は**1人につき1本の妨害棒**を持ちます。
- 妨害側は**内ラインの中でラインを踏まず**に妨害してください。(△)
- **カゴ全体**に触れないでください。(×)
- 妨害側は**妨害棒を投げたり、人をたたいたり**は**絶対にしないでください**。(×)

エリア	かごの色	玉入れる側	妨害側
A	赤	1組	3組
B	白	2組	4組
C	白	3組	1組
D	赤	4組	2組

# 一全体図

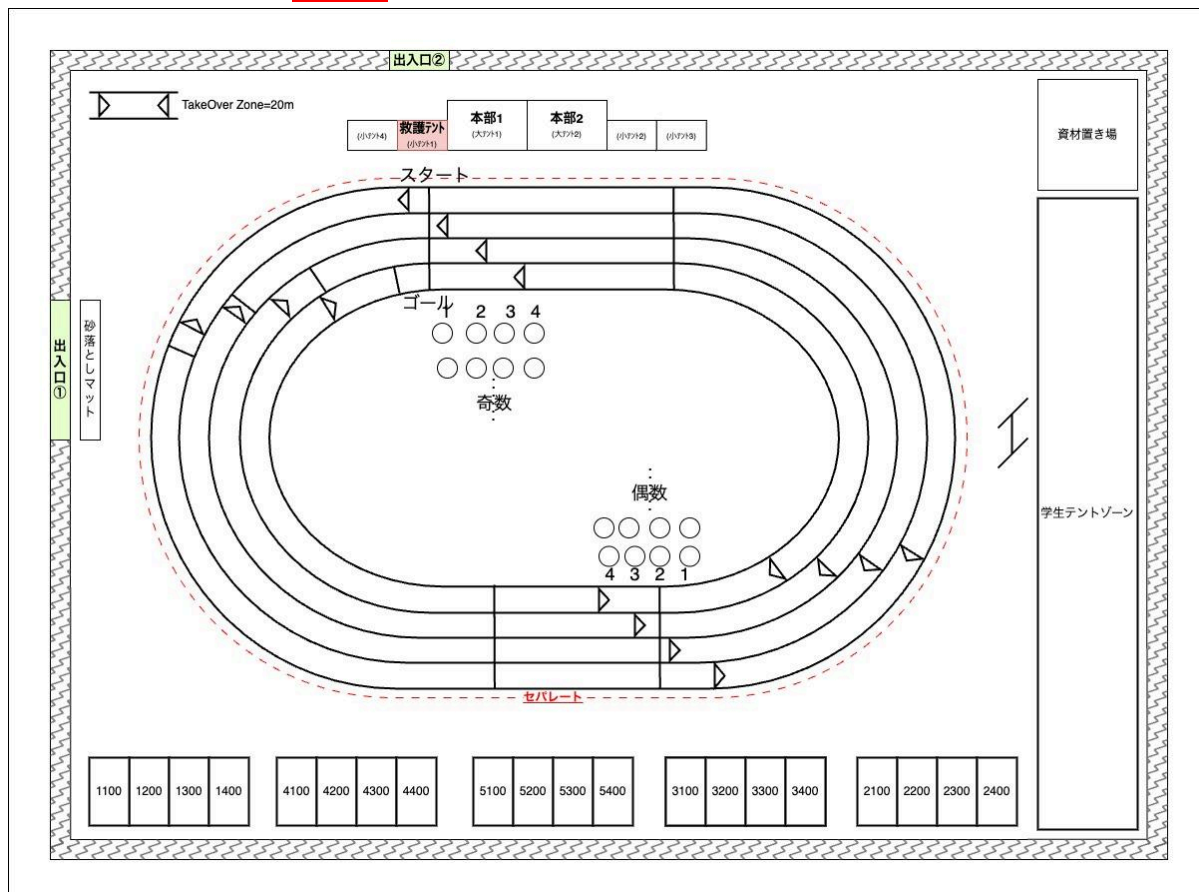


# 一拡大図



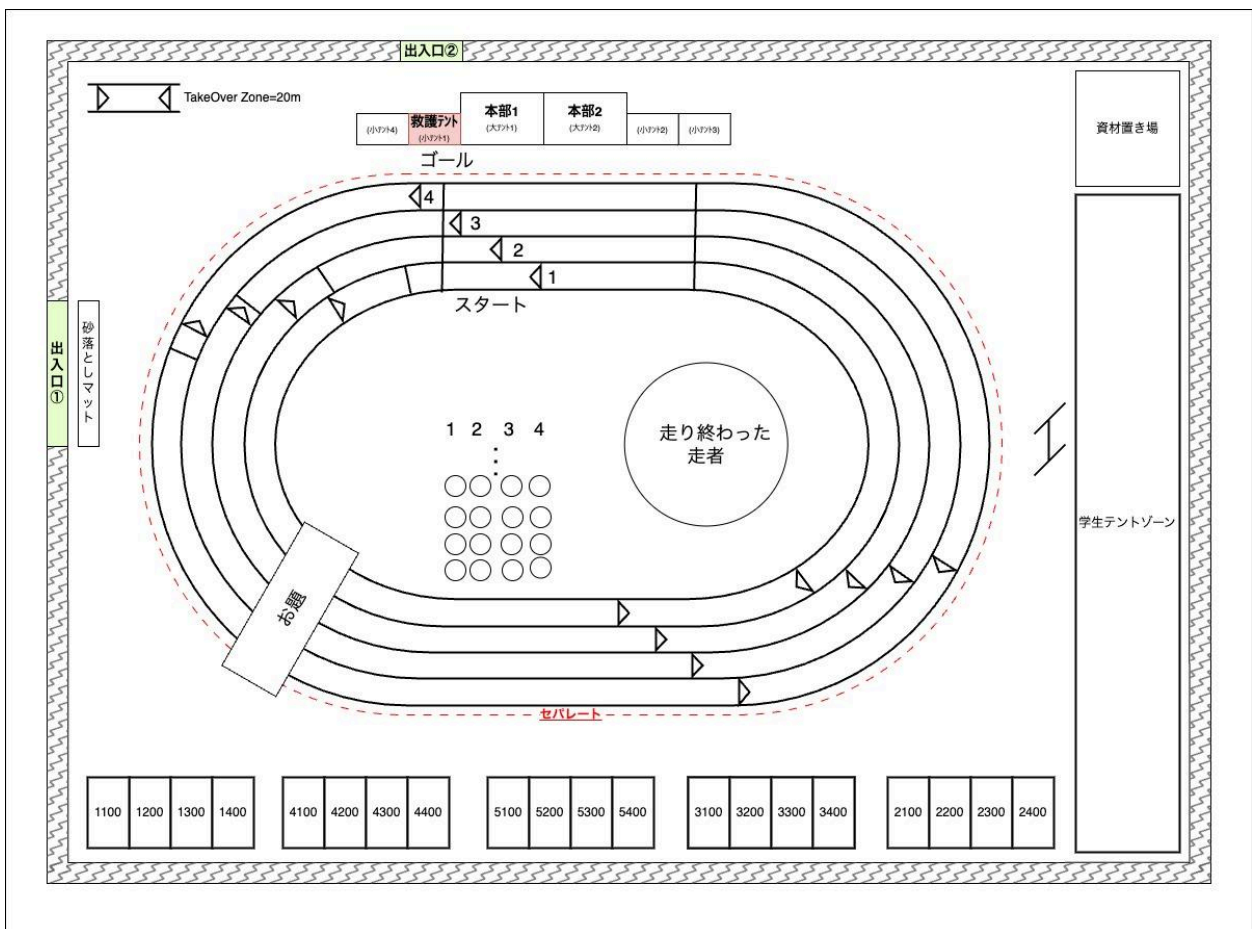
## 一クラス対抗リレー(一、各クラス4人 1試合)

- 1人半周ずつ走ります。
- スタートのレーンは1レーンは1組、2レーンは2組、3レーンは3組、4レーンは4組とします。
- 相手を追い抜く際は原則として外側から抜いてください。
- 第2走者の**テイクオーバーゾーン**内まで**セパレートコース**を走ってください。それ以降は**オープンコース**で走ってください。
- 第2走者以降はコースの**カーブに入った時の順位**でコースの内側から外側へ並んでバトンパスを行います。
- セパレートの時や、オープンのときの内側のラインを越えないでください。
- スタートは、**ピストル**になったら、走り始めてください。**1人2回**までのフライングは許します。**(ただし3回目は失格(×))**
- バトンを受け取らずに**テイクオーバーゾーンの外に出ないでください**。出た場合は、もう1度テイクオーバーゾーンに**戻ってバトン**を渡してから走り始めてください。(×)
- もしバトンを落した場合、**落とした競技者**がバトンを拾って継続しなければなりません。(×)
- バトン渡しは**手渡し**です。(×)



## 一借り人競争(制限時間5分、各クラス2人、1試合)

- この競技は得点に入りません。
- 1試合に8人ずつ走る。
- コースは内側から1組、2組、3組、4組の順番とします。
- 借り人の範囲には生徒のみならず**教員**も入ります。
- お題はくじ引きによって決まります。
- 諸々の理由で参加できない教員は借り人の範囲から外れます。
- ピストルがなったらスタートしてください。
- 代表者は各自に与えられたお題に合う人を指名してゴールまで連れて行き、一緒にゴールテープをきることでゴールとします。
- 連れ来る際にコースアウトした場合、戻ってくる時は、近い位置からトラックに入って通常通りトラック内を走ってください。
- お題に合っているかどうかはゴール前で**審判が判断**します。
- 借り人がお題に合っていないと審判に判断された場合はもう一度お題に合う人を探してもらいます。



## 一 仮装障害物競争 (一、やりたい人だけ、1試合)

- この競技は得点に入りません。

- 障害物の順番は、ハードル→ぐるぐるバット→風船割り→麻袋→大玉転がし→パン食い→三輪車です。
- 一度に4人ずつ行います。
- ピストルがなったらスタートしてください。
- 他の人のコースに侵入してはいけません。(△)
- コースに用意されているもの以外の道具を使ってはいけません。(×)
- 各種目をとばしてはいけません。(×)
- 各種目について

ハードル: 飛んでも、リンボーでも、突き進んでも、自由に進んでください。

ぐるぐるバット: 10回回ってください。

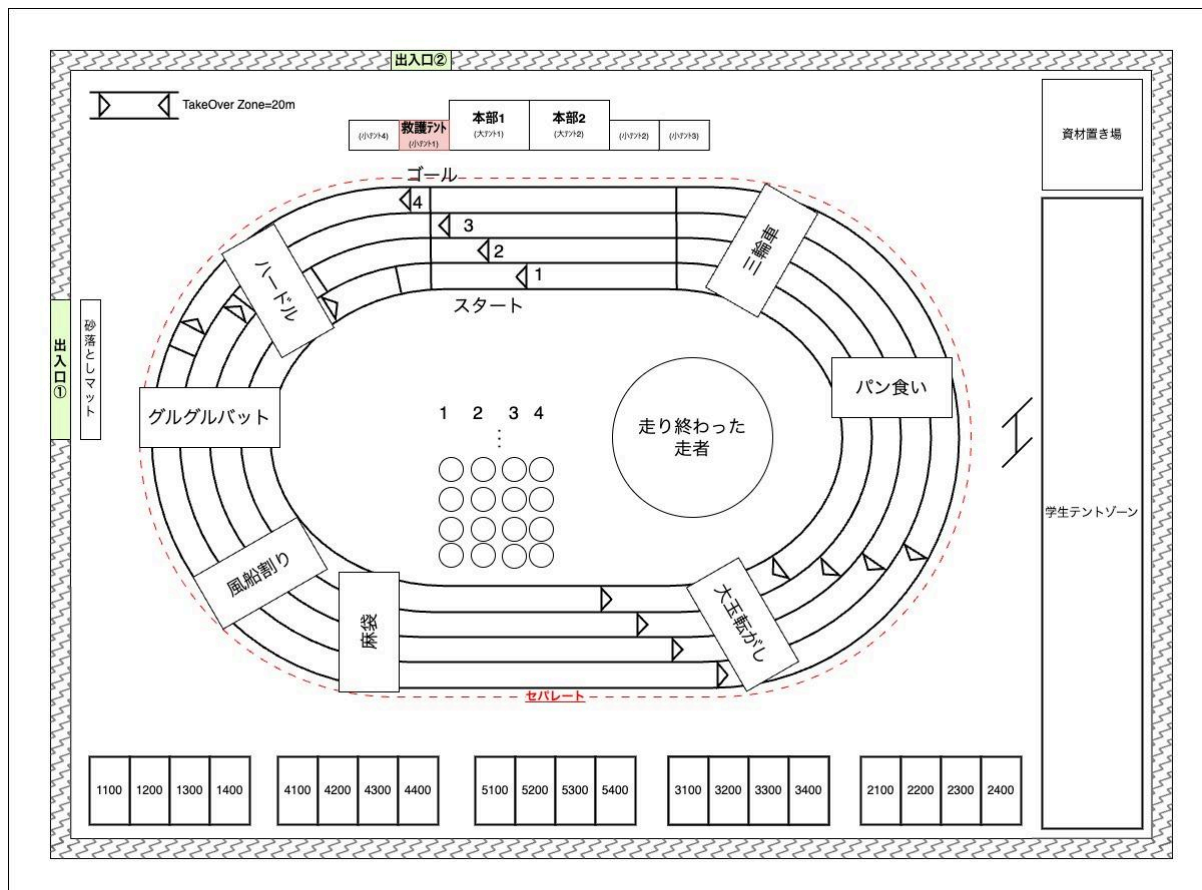
風船割り: 風船を一つ割ってください

麻袋: 麻袋に下半身を入れ、そのまま一定のラインまで進んでください。

大玉転がし: 大玉を転がしてください。

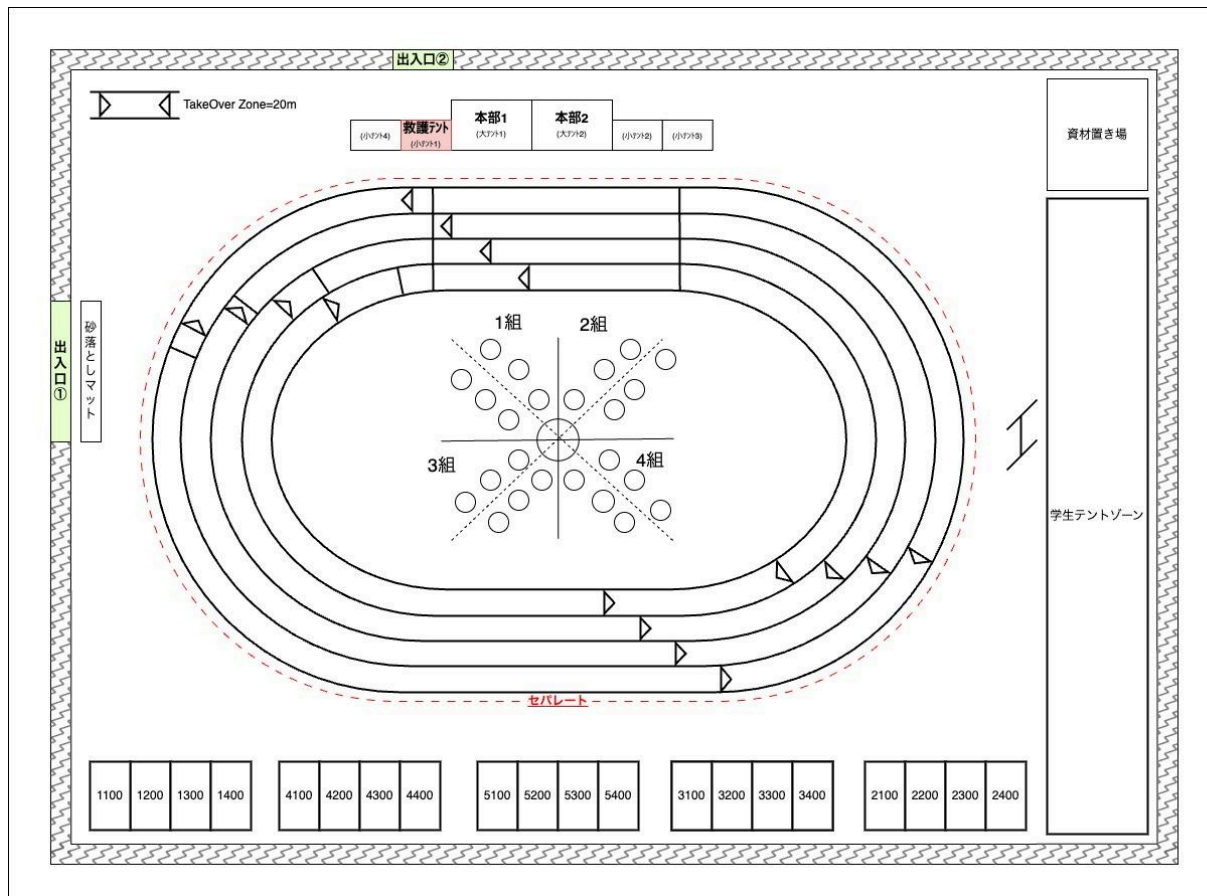
パン食い: 手を使わずにジャンプしてパンを咥えたら進んでください。

三輪車: 基本的に乗って、こいでください。



## 一 四方綱引き (1試合30秒、各クラス20人、1試合)

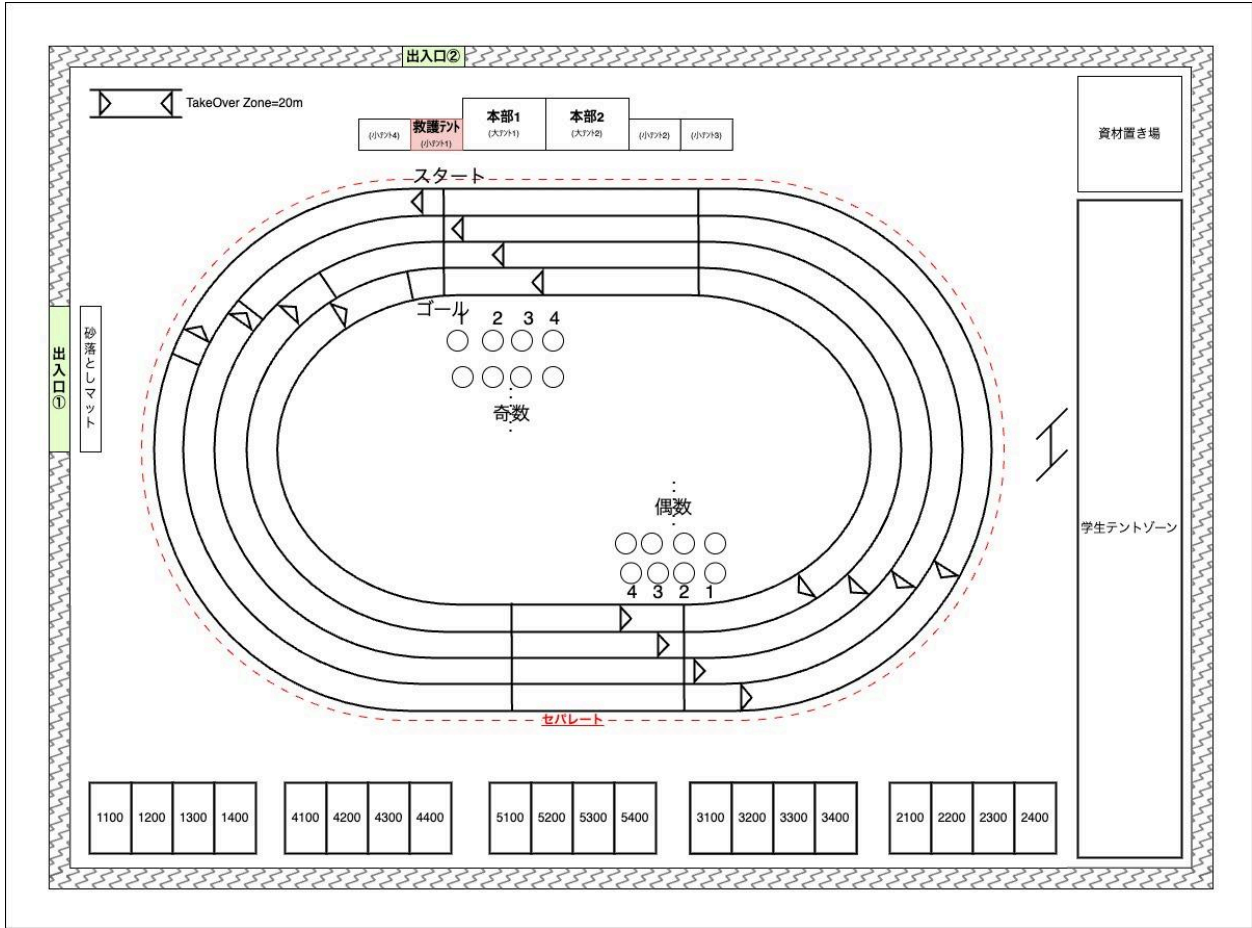
- 綱に付いている**テープの印の位置**で綱を引いてください。
- 縄の中心が、どこのクラスのエリアにあるか、そこから近いところはどこかで、順位を決定します。
- 上下長袖長ズボンを着用してください。そして軍手、作業手袋、ゴム手袋の着用は可とします。(それ以外の着用は認めない)
- 転倒した際は、無理に縄を握ったままにせず離して、安全に立ち上がってからまた縄を握ってください
- 縄の位置を動かせるならどこに動かしてもよいです。
- ピストルがなったらスタートしてください。
- スタート前は綱を触ってもいいが**地面から浮かせないでください**。(×)
- ピストルがなったら**すぐにその場で綱を手から離してください**。(×)



## 一部対抗リレー(---、各部活・委員会4人、1試合)

- この競技は得点に入りません。
- 各部活に所属する4名の代表者で行います。
- 各部活は運動部同士、技術・文化部同士で競います。
- **兼部している場合は複数のチームに参加しても良いですが、同じレースになる場合は片方だけにしてください。**
- 部活に所属していない人は帰宅部チームとして参加しても良いです。
- バトンは**各部活で用意**してください。
- 1人半周ずつ走ります。
- 相手を追い抜く際は原則として外側から抜いてください。
- 第2走者の**テイクオーバーゾーン内までセパレートコース**を走ってください。それ以降は**オープンコース**で走ってください。
- 第2走者以降はコースの**カーブに入った時の順位**でコースの内側から外側へ並んでバトンパスを行います。
- スタートは、**ピストル**がなったら、走り始めてください。**1人2回**までのフライングは許します。(ただし**3回目は失格**(×))
- バトンを受け取れずに**テイクオーバーゾーンの外に出た場合は**、もう1度テイクオーバーゾーンに**戻ってバトンを渡して**から走り始めてください。(×)
- もしバトンを落した場合、**落とした競技者が**バトンを拾って継続しなければなりません。(×)
- バトン渡しは**原則手渡し**です。ただし事前に許可があったものに関しては手渡しではなくても良いことにします。(×)
- 図については「クラス対抗選抜リレー」と同じです。

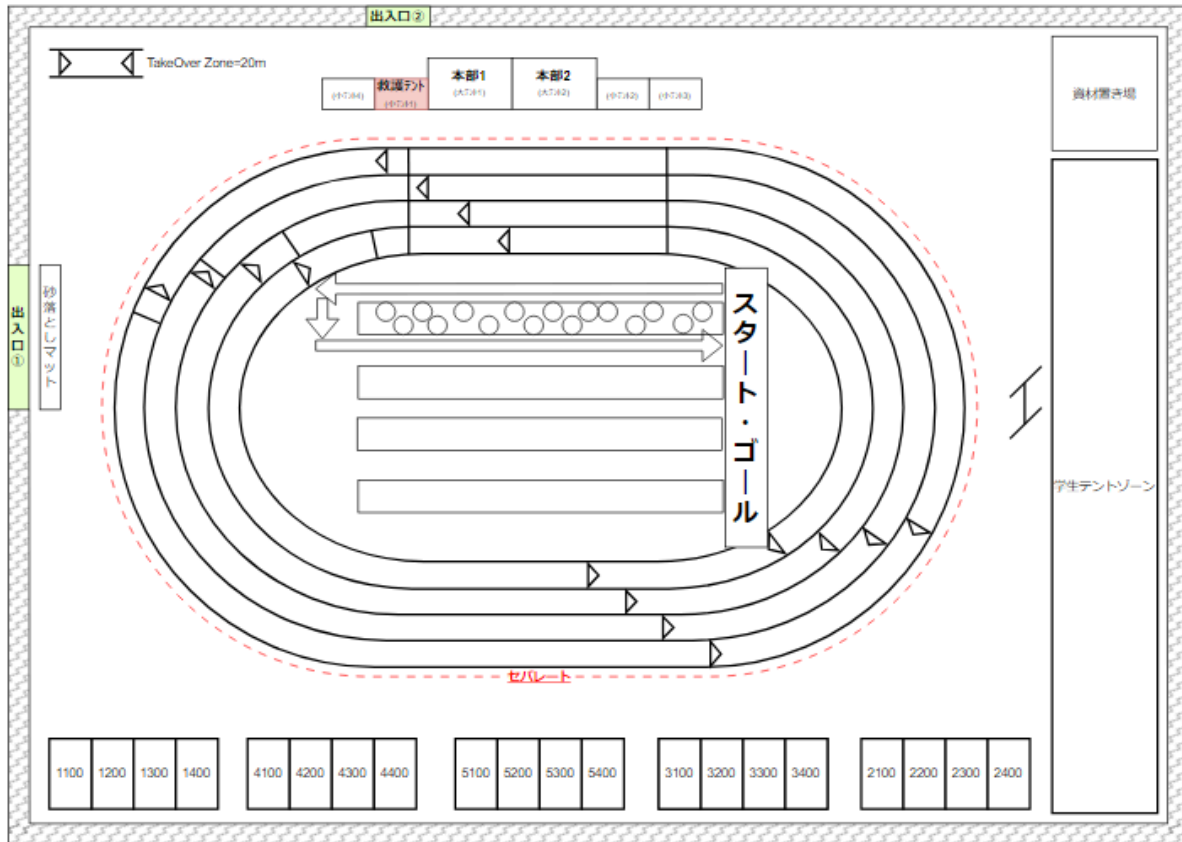
	1レーン	2レーン	3レーン	4レーン
1レース	バスケット部	バドミントン部	卓球部	陸上部B
2レース	吹奏楽部A	省エネカー研	モデ研	軽音
3レース	吹奏楽部B	卓上遊戯	ダンス	謎研
4レース	剣道部	弓道部	執行部B	
5レース	ラグビー部B	体育祭実行委員会	執行部A	
6レース	陸上部A	ラグビー部A	野球部	テニス部



## 一大玉送り(一、全学年全員、1試合)

- 全学年全員それぞれのチームで参加してください。
- スタート側から、1年⇒2年⇒3年⇒4年⇒5年という順番に並んでください。
- 折り返しとスタートには線が引いてあります。そこに2~4人配置し、その人たちで折り返し、そこをゴールとします。
- ピストルがなったらスタートしてください。
- スタート後、大玉を列の上に乗せて落ちないように折り返し地点まで運び、そこで折り返して、スタート地点まで大玉を運んだらゴールとなります。
- 他チームを妨害しないでください。(×)
- 大玉を落としたら落ちた地点に旗をあげる審判がいます。そこからリスタートしてください。(×)

# 一全体図



# 一拡大図

