ラグビーのルールを覚えよう

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。

◎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、手で放る（パス）、手に持って走る、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。