

柏崎市子ども会連合会
こどもスポーツフェスタ

ロープジャンプ (大なわ跳び)

競技ルール 【改訂版】

制定：2017年9月
改訂：2019年11月
2023年10月
2024年11月

ロープジャンプ（大なわ跳び）競技ルール

(2024 年改訂)

はじめに

ロープジャンプ（大なわ跳び）ルール

I 用具.....	1
II チーム構成.....	1
III 試合時間.....	2
IV 競技コート.....	3
V 点数.....	3
VI 競技方法.....	4
VII 反則.....	4

大会運営について

はじめに

今大会は公式大会ではありません。よってルールも今大会専用ルールとなっていますので、他の大会と異なる部分が多数あるかと思えます。楽しんでもらうことを目的としていますが、大会の進行に必要な事項についてルール化しています。ルールをご理解いただき、各チーム作戦を練ってご参加ください。

ロープジャンプ（大なわ跳び）ルール

I 用具

（１）使用ロープ

- ・柏崎市子ども会連合会が所有する大なわ(柄の長さ約 50cm、ロープの長さ約 10m、重量約 1.5kg) を使用する ※個体差がある為、多少の誤差があります
- ・競技で使う大なわは貸し出すことができる
※貸出希望が多い場合は、貸し出しの日数を制限する
- ・ロープや柄に滑り止めなどの加工はしてはならない

（２）ユニフォーム等

- ・同じチームの選手は、統一したユニフォームもしくは、ハチマキ・リストバンドといったものを着用し、同じチームの選手であることがわかるようにすること
- ・他の選手に危害を加えるような装飾品はつけてはならない
- ・靴は、学校指定の運動靴もしくは運動に適したものを着用すること
- ・ロープ回し役は、手袋の着用を可とする
※ゴム素材など滑り止め効果がある手袋も可

II チーム構成

（１）選手

- ・ロープ回し役、ジャンパー（跳び役）で構成する
※競技中の役割り変更可（次の（２）、（３）の要件は満たすこと）
- ・団体の種別は問わない（「学校が違うから参加できない」といったことはない）
- ・同一の選手が複数のチームに参加してはならない（AチームとBチームどちらにも参加することはできない）

（２）ロープ回し役

- ・２人とする（子ども（小学生～中学生）、大人（高校生以上）どちらも可）

(3) ジャンパー（跳び役）

- ・ 5人以上とする
 - ※上限は設けないが、用具のサイズを考慮したうえで決定すること
- ・ セット内での人数の増減を認める（5人以上であること）
- ・ ジャンプを始めたなら、引っかかるまで人数を増減してはならない
 - ※人数の増減があった時点で回数計測をストップする（ここまでの回数は有効）
- ・ 子ども（小学生～中学生）のみで構成すること
- ・ 中学生は、3人までジャンプに参加できる
 - ※4人以上登録し、セット内での入れ替わり可
- ・ 男女の比率は問わない

(4) 登録選手の交代

- ・ 登録選手の交代は受付時においてのみ認める
- ・ ケガ等により登録選手が欠員で7人（回し役2人＋ジャンパー5人）未満となる場合は、受付後であっても登録選手の交代を認める

(5) チーム責任者（キャプテン）

- ・ チームには、代表となるチーム責任者（キャプテン）を1人選出すること
- ・ チーム責任者（キャプテン）は、各セット競技開始前に審判へジャンパー人数を申告しなければならない
- ・ チーム責任者（キャプテン）は、各セット途中、ジャンパー人数に変動があった場合、審判に変動人数を申告しなければならない
(例：手をあげて「〇〇チーム、1人ジャンパー減りました」と大きな声で申告する)

Ⅲ 試合時間

- ・ 試合は1セット3分間の競技を2セット行う
 - ※セット数は変更する場合がある（参加チーム数に応じて試合形式を決めるため）
- ・ 3分経過時にジャンプ中の場合は回数計測を継続する
 - ※ジャンプ中とは、ジャンパー全員が1回以上跳んでいる状態を指す
- ・ セット中に失敗しても、時間内であれば再挑戦できる
- ・ 1セット3分間には、以下を含むものとする
 - ①再挑戦までにかかる時間
 - ②人数変更による審判の人数確認時間

Ⅳ 競技コート

- ・コートの大きさは、バスケットボールコートの半面程度（概ね 15m×14m）とする
- ・コートに印やラインなどの加工をしてはならない
- ・汗ふきタオルや水分補給の飲み物などは、コート脇に置き、他の選手の邪魔にならないようにしなければならない

Ⅴ 点数

- ・点数の計算は、『ジャンパー人数』×『連続で跳んだ回数』とする
- ・セット内で一番高い点数を、そのセットの点数とする
- ・各セットの点数を比較し、高い方をチームの点数として採用する
- ・連続で跳んだ回数とは、跳ぶ前に審判に申告したジャンパー全員が、一斉に跳んだ回数を計測する（計測中の飛び入りや抜け出しは認めない）
- ・回数計測途中にジャンパー人数に増減があった場合は、人数の増減があった時点で回数計測をストップする（ここまでの回数は有効）
- ・点数計算例

	ジャンパー人数 (人)	連続で跳んだ回数 (回)	点数 (点)	セットで 採用する得点
1 セ ッ ト 目	10	50	500	
	10	52	520	
	10	55	550	○
	9	52	468	
	9	55	495	
2 セ ッ ト 目	8	60	480	
	8	63	504	○
	8	54	432	
	10	20	200	
	9	10	90	
	8	55	440	

1 セット目 550 点

2 セット目 504 点

1 セット目の方が得点が高いため、このチームの得点は 550 点

Ⅵ 競技方法

- ・ 審判の合図に従い、競技位置へ移動する
- ・ チーム責任者（キャプテン）は審判にジャンパーの人数を報告する
- ・ 概ね1分後に、競技を開始する
 - ※この間に練習することは妨げない
 - ※この時間は練習時間として設けているわけではないので、時間がチームごとに異なる可能性があるが、これに対する異議は受け付けない
- ・ 審判が競技開始前に人数を確認する
- ・ 審判の合図をもって競技を開始する
 - ※競技開始前はロープを動かさない（ロープの中間点の動きで判断する）
- ・ 3分後審判が競技終了の合図をする
 - ※ジャンプ中の場合は継続可

Ⅶ 反則

- （1）ハンド
 - ロープ回し役がロープの柄の部分を持たず、ロープをつかんで回すのは反則
- （2）スクランブル
 - ロープ回し役が2人ではない場合や、ジャンパーが5人以上ではない場合など、
『Ⅱ チーム構成』を満たしていない場合は反則
- （3）フライング
 - 各セットの開始合図の前にロープを動かしたら反則

大会運営について

大会運営上、このルールをすべて適用することが困難な場合、大会責任者の判断によって、ルールの変更を行う場合がある。また、ルールの変更を行った場合には、事前にすべての参加者に変更箇所を告知する。ロープジャンプの基本精神は全てのルールを厳守し、勝利することではなく、より多くの人が楽しむことにある。