

ウオーキングフットボール

～ウオーキングフットボールの
導入目的および活用方法について～

Japan Football Association

2021年2月

47FA向け説明会

JFA



DREAM
夢があるから強く走る

ウォーキングフットボールの詳細ルール（JFA推奨）

<全体>

- ① 走行禁止（全員歩いてプレー。早歩きはOK）
- ② ヘディング禁止
- ③ **接触禁止**
- ④ ボールの高さは頭の高さ（1.83m）またはゴールの高さ
- ⑤ オフサイドなし

<フィールドプレイヤー（FP）>

- ① **相手が保持しているボールを取らない（前をふさぐだけ）**
- ② スライディングタックル禁止
- ③ タッチラインやコーナーからはキックイン
- ④ リスタートからの直接ゴールは禁止（相手に当たって入ってもノーゴール）
- ⑤ リスタート時、相手は3m離れる
- ⑥ FKは全て間接FK。PKは直接だがワンステップキック。
- ⑦ ゴールエリアに進入禁止

<ゴールキーパー (GK)>

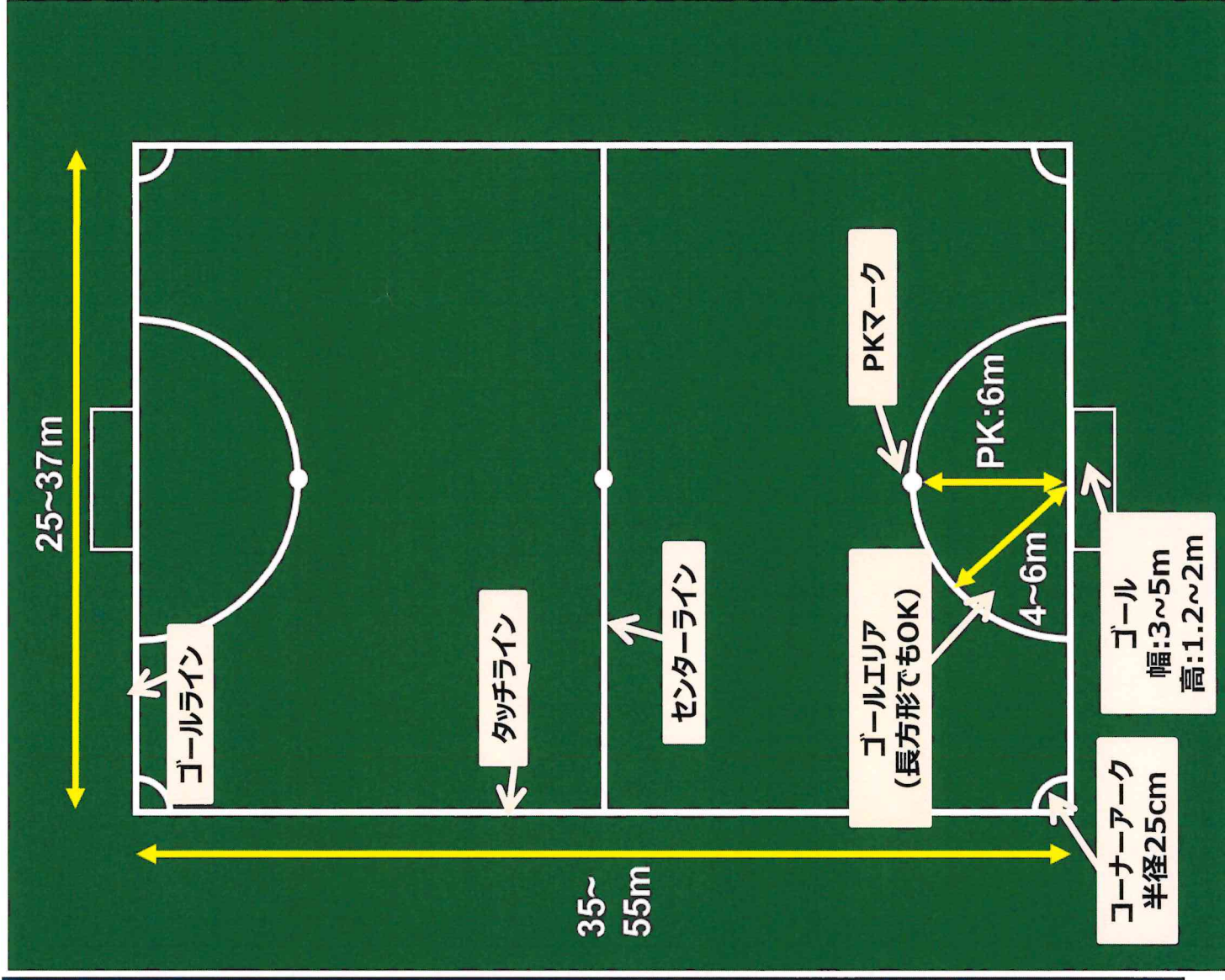
- ① 相手がゴールラインから出したら GKのアンダーローでスタート
- ② スローは全てアンダーロー
- ③ ゴールエリアを出てはいけない
- ④ バックパスを手で受けるのはOK

<人数>

- ① 5対5、6対6、7対7
- ② 交代自由

<試合時間>

10分~30分



<ゴールキーパー (GK)>

- ① 相手がゴールラインから出したら GKのアンダー・スローでスタート
- ② スローは全てアンダー・スロー
- ③ ゴールエリアを出てはいけない
- ④ バックパスを手で受けるのはOK

<人数>

- ① 5対5、6対6、7対7
- ② 交代自由

<試合時間>

10分~30分

【お薦め】

- ・ピッチサイズ：縦35m×横25m
- ・人数：6対6 ・ボール：フットサル4号
- ・試合時間：ハーフ5分~10分
- ・ゴールエリア：ゴール中心から5m
- ・少年用ゴールを倒し低くして使用
またはゴールに紐等を張って高さを調整

