

# FBA U12 3 x 3 交流会 共通理解事項

出典：『2025 3x3 バスケットボール競技規則 (JBA/FIBA)』に基づく要点整理。

## ① これだけは頭に入れておいてください

- 3対3
- 8分
- 外2点・中1点
- 12秒
- 取ったら外へ出す
- 止まったらチェックボール
- 得点後はリング下から再開

## ① 5人制ミニバスと「ここが違う」点

※今交流会のみのルールがありますのでご注意ください。(太字にしています)

- コーチがコート内・交代席・コート外から指示することは禁止。
- 試合時間：**8分×1** (流し)
- 勝敗：**ノックアウト・サドンデスはなし。**
- **ファウル罰則：チームファウル・個人ファウルともにカウントしない。** ショットクロックをクリアしてファウルをされたチームからのチェックボールで再開する。
- 得点：**アーク内=1点、アーク外=2点**
- リスタート：**多くの再開が『チェックボール』。** アーク外トップでディフェンス→オフェンスにバウンドパスをして開始。
- 得点された後の再開：**ボールはベースライン外から出さない。** リング下(コート内)から、ドリブル or パスでアーク外へ運んで再開。
- ショットクロック：**12秒。** リングに触れて新たにコントロールが起これば12秒にリセット。

- ポゼッション切替：守備がリバウンド/スティールでボールを取ったら、まず『クリア（アーク外へ出す）』が必要。クリアしないで得点しても得点はキャンセル。
- 得点を決められた際：スローインではなく、得点を決められた方がボールを保持してアーク外へ出ることでポゼッションを変えることができる。

## ② 選手に伝えておいてほしいこと

### A. 試合の流れ

- 3人 vs 3人
- 交代は審判、T.O.に申告せずに行う。チェックボールの際にいつ行ってもよい
- 8分1本勝負！（流し・ラスト1分のみ止め）
- 外からのシュートは2点／中は1点
- 攻めは12秒でシュート！

### B. 再開のちがひ（ミスが多い！）

- 止まったら“チェックボール”で再開
- 場所はアークの外（トップ）
- 守りがバウンドパスして、受けたらスタート
- 得点された後：ボールを外に出さない
- リング下（コート内）から、ドリブルかパスでアークの外へ出して再開
- 守りで取ったら、まずアークの外へ“クリア”してから攻める

## ③ 審判について

### A. 進行（テンポ）を壊さないための基準

- 試合開始前に両チームの代表がじゃんけんをし、勝った方からのチェックボールとする。
- チェックボールはバウンドパスで渡す。
- 得点後の再開：ボールはベースライン外に出さない。リング下（コート内）からアーク外へ運べばOK。ノーチャージセミサークル内でのディフェンスは不可。
- ショットクロック（12秒）の開始・リセットのタイミングをテーブルと共通理解（新規コントロール、リング接触後の新規コントロール等）。
- ヘルドボールにおいて、ポゼッションアローは使用せず、ディフェンス側のチェックボールで再開。

## B. クリア／得点の取り消し

- 守備がボールをコントロールした後、クリアせずに得点した場合は得点を認めない。
- 得点後の再開を妨害（リング下の再開を遅らせる／セミサークル内から圧をかける等）は遅延行為（警告→テクニカル）に繋がるため、早めの声かけで予防。

## C. その他

- タイムアウトは各チーム1回ずつ取ることができる。時間は30秒。
- 交代は審判・T.O.を介さない。タイミングはチェックボール、フリースロー。
- サイドラインやエンドラインからのスローインはない。→すべてチェックボール（ショットクロックの継続については5人制のものと同じ）
- チェックボールは毎回審判を介す必要がない。
- アークの外に出ていない（ポゼッションが変わっていない）際にシュートを打ってしまったら相手チームのチェックボールで再開。リングを通過したとしてもノーカウント。
- T.O.について、スコア、ショットクロック、タイマーの3つで行う。
- スコアシートの書き方について次頁参照。

