

U 1 2世代におけるバスケットボール（以下ミニバスケットボール）は、12歳以下のプレーヤー（小学生）を対象としたバスケットボールです。ミニバスケットボールは、子どもの体格や体力に合わせて一般のバスケットボールよりもボールは小さく、コート面積も狭いのが特徴です。また、ゴールの高さも低く、ゲーム時間が短いなどすべてがミニサイズになります。出場人数にも規定があり、第1クォーターから第3クォーターの間に少なくとも10人以上が、1クォーター以上2クォーターを超えない範囲で出場しなければいけないルール（例外として、8及び9人のプレーヤー登録チームはその人数以上）があり、より多くのプレーヤーがゲームに参加できるように工夫をされています。

1 ミニバスケットボールの基本的ルール

① 試合時間の長さ

- ・ 1クォーター6分間の4クォーター制（6分 × 4Q）
- ・ ハーフタイムは5分間、クォーター間のインターバルは1分間
- ・ 4クォーターが終わり、同点だった場合は1分間のインターバルの後、3分間のオーバータイムを勝敗が決まるまで繰り返す。

② コートの大きさ

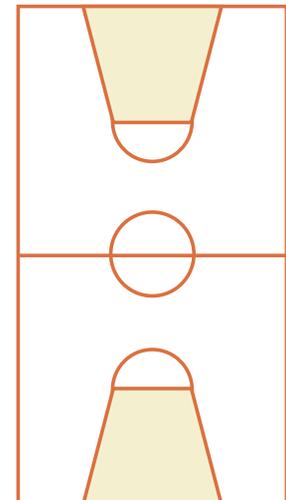
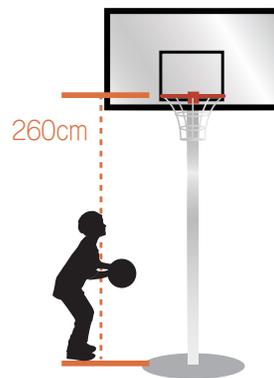
- ・ 障害物のない長方形の平面で、縦22～28メートル、横12～15メートルの範囲で縦横のバランスの取れたコートを使用する。

③ ゴールの高さ

- ・ ゴールの高さは260cm
- ・ リングの直径は45cm

④ ボールの大きさ

- ・ ボールの大きさは5号球
- ・ ボールの円周は69～71cm、直径22cm、重さ470～500g



2 一般ルールとの違い

- ・ キャプテン（ゲームキャプテンを含む）がない
- ・ スリーポイントフィールドゴールエリアがない
⇒ コートのどこからシュートを決めても2点、フリースローは1点

- ・フロントコートとバックコートの概念がない
 - ⇒ バックコートバイオレーション及び8秒ルールが適用されない
- ・タイムアウトは各クォーター1回、1回のタイムアウトは45秒間
 - ⇒ 使わなかったタイムアウトは、次のクォーターに持ち越すことはできない
- ・ゴールの高さが違う
 - ⇒ 一般は305cm、ミニバスケットボールは260cm
- ・ボールの大きさが違う
 - ⇒ 一般男性は7号球、一般女性は6号球、ミニバスケットボールは5号球
- ・フリースローの距離が違う
 - ⇒ 一般は460cm、ミニバスケットボールは400cm
- ・マンツーマンディフェンスをしなければいけない（ゾーンディフェンスの禁止）
 - ⇒ 守らないとマンツーマンペナルティの罰則がある
- ・14秒リセットに条件がある
 - ⇒ 原則的にオフェンスリバウンドのみ（チームリバウンドを含む）、14秒にリセットする

この他にも一般とミニバスケットボールのルールには、細かいルールの違いがあります。詳細は、バスケットボール競技規則（ミニバスケットボールにおける適用規則の相違点）をご確認ください。

3 FIBA Mini Basketball、Easy Basketball の考え方について

FIBAは5～12歳の子どもにバスケットボールを教える際の大切な事柄として、「MAKING IT FAN」（バスケットボールを楽しませる）を挙げています。また、練習内容もゲーム中心で行う必要性を明示しています。その中で、ルールについても言及しており、5～8歳については特にバスケットボールを楽しませるために、簡易化されたゲームを行うことを推奨しています（Easy Basketball）。

Easy Basketball では、ミニバスケットボールのルールにこだわらずに、簡易的なゴール（260cmより低くしたゴール）や簡易化されたルール（例えば、両手のドリブルやダブルドリブルの許容、リングにあたれば1点などの得点機会の変更）を行うことで、ゲームそのものを楽しませることができると考えられています。また、Easy Basketball では体育館以外での活動も想定されており、学校・デパート等の屋外でも可能です。