

2026 ミズノ 3 X 3 交流大会 競技規則

コートとボール

コートのサイズはバスケットボールハーフコートとする。

小学生5号ボール、中学生女子6号ボール 中学生男子7号ボール
ゴールは小学生（高さ260cm）中学生（高さ305cm）を1基

登録選手

3～5名（全員出場することとする）

得点

3ポイントラインの内側（以下アーク）からのショットは1点、外側からのショットは2点とする。

競技時間とゲームの勝敗

7分のピリオドを1回行う。

※参加チーム数により競技時間を変更する場合がある。

競技時間が終了した時点で得点の多いチームを勝ちとする。

ただし、どちらかのチームが11点以上得点したときにゲームは終了し、そのチームの勝ちとする。

競技時間が終わったとき両チームの得点と同じだった場合は、延長を行う。

延長は、先に2点を得点したチームの勝ちとする。

※このとき、延長は競技時間を計らない。

※延長の途中でどちらかのチームが11点以上得点した場合でもゲームは終了せず、上記にしたがう。

ショットクロック

ショットクロックは14秒とする。

タイムアウト

なし。

ショット時のファウル

①シュートが不成功の場合：1点もしくは2点をカウントする。

②シュートが成功した場合：1点もしくは2点はカウントとなり、さらに1本のフリースローを与える。

※ノーマルファウルの場合はトップより始める。

個人ファウルと退場

- ・個人ファウルおよび退場は5人制に従う。
- ・テクニカルファウル・アンスポーツマンライクファウルは5人制に従い2回で退場となる
- ・選手が1名となった時点で点数に関係なく負けとなる。

チームファウルの制限

チームファウルの罰則は5人制に従う。

フィールドゴールが成功したあとの攻撃権

ディフェンスのチームにポゼッションが移る。バスケットの真下からボールをドリブルまたはパスでアークの外まで運ばなければならない。(14秒リセット)

新たにディフェンスになったチームは、ボールがバスケット真下の“ノーチャージセミサークル”の外に出るまで、ボールに対してディフェンスしてはならない。

ボールがデッドになった場合の再開

トップからチェックボールで再開する。(14秒リセット)

ディフェンスのチームがリバウンドをコントロールまたはスティールした場合

ボールをドリブルまたはパスでアークの外に運ばなければならない。

ジャンプボールシチュエーション後の再開

ディフェンスのチームにポゼッションが移り、トップからチェックボールで再開する。
(14秒リセット)

交代

ボールがデッドかつチェックボールの前に可能。交代要員はバスケットと反対側のエンドライン（センターライン側）に立ち、コートの外へ出たチームメートと身体的接触をしたあとゲームに入ることができる。交代は審判やテーブルオフィシャルズによる指示や合図を必要としない。

その他

ゲーム中、異なる番号のビブスもしくはユニフォームを各チームが用意する。

※上記に記載がない場合、競技規則の基本線を超えない範囲で、ゲーム審判は自身の判断で適宜に試合を進めることができる。選手と引率責任者は審判の判定に従うこと。