

運動会

ルールブック

2026

運動会実行委員会

委員長挨拶

いよいよ西高の一年の幕開けを飾る、最初の全校行事が始まります。競技はもちろん、マスコット制作や応援団など、1人ひとりが主役となって「生徒主体」を体現するのが西高の運動会です。

全員が最高の瞬間を共有するために、まずはルールブックを熟読し、正しく理解した上で参加してください。

安全に、そして全力で楽しみ尽くす1日にしましょう！

運動会実行委員会委員長 藤井葵

全競技共通ルール

- ① スパイクの使用を禁止する。金属の付いていないトレーニングシューズは可能。(校庭に入ることのできない、ローファー・サンダル類も不可)
- ② ピンやピアス、ネックレス、時計などの貴重品類は外すこと。ミサンガも着用禁止。
- ③ 競技の際Tシャツの上に何か羽織る場合は西高ジャージのみ許可する。パーカーなどは禁止。

プログラム

0. 開会式

1. 風と共に去りぬ

2. 3年全員リレー

3. 竹取物語

4. 俺の屍を越えていけ

5. 山岳部隊養成講座

6. 2年全員リレー

昼休み

(援団、部活動対抗リレー)

7. 射方投射

8. ひとつになろう IPPON

9. アマゾネス

10. 1年全員リレー

11. 騎馬戦

12. 色別リレー

13. 閉会式

0 開会式

開会の辞

聖火点火

学校長挨拶

委員長挨拶

優勝旗返還

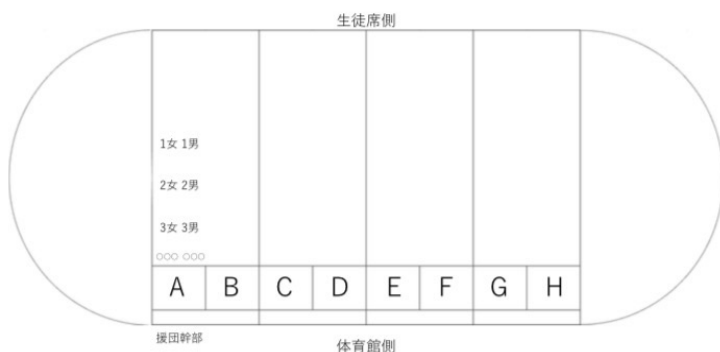
生徒代表宣誓

校歌斉唱

諸注意

準備運動

エール交換



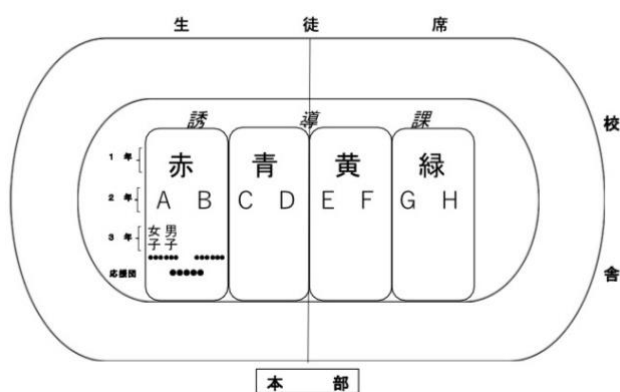
《招集》

- ・テニスコート側から ABCDEFGH の順で、DE 組をセンターラインに合わせる
- ・女子、男子の順で各 3 列、1 クラス計 6 人で 1 列
- ・先頭は援団幹部で、その後ろに 3 年 2 年 1 年の順
- ・援団幹部はトラックの 1 コースのライン
- ・生徒の先頭はトラックの内側約 3m の位置
- ・クラ代が出欠確認を行う→出欠表を回収する
- ・不要物（水筒・日焼け止め・スマホ・時計等）を回収する

《誘導》

<入場>

- ・各団、応援団—3 年女子・男子—2 年女子・男子—1 年女子・男子の順で、男女別に列を作る
- ・1 クラス男女各 3 列の計 6 列で並ぶ。
- ・D 組、E 組の端の列の境目を中心の白い線に合わせ、全体は中心に揃える。



1 風と共に去りぬ

出場：全学年

得点：1位 300点 2位 220点 3位 140点 4位 60点

【ルール】

- ・4団同時に団対抗で行う
- ・各団横6人、縦40列程度でまとまる
- ・スタート/ゴールラインは黄色のラインとする
- ・各団2本の棒をそれぞれ2往復させる
(1本目の棒は跳び、2本目の棒はしゃがんで頭上を通過させる)
- ・1本目のすぐ後ろを2本目が追いかける
- ・先導者(棒を持つ人)は1本の棒につき2人、各団計4人必要
- ・笛の使用可能
- ・コーンを反時計回りに回って折り返す
(反時計回りに回らなかった場合、折り返し地点からやり直し)
- ・各団棒は3本ずつ(2本+予備1本)用意させる
- ・2本の棒が2往復し終わったら先導者は棒を元の位置(スタート/ゴールライン)に戻し、生徒は座る

【減点】

以下の項目それぞれ1回につき20点減点。

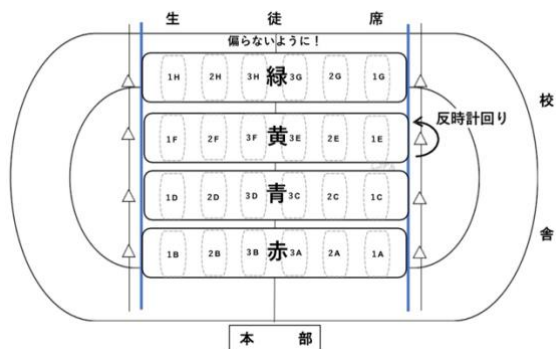
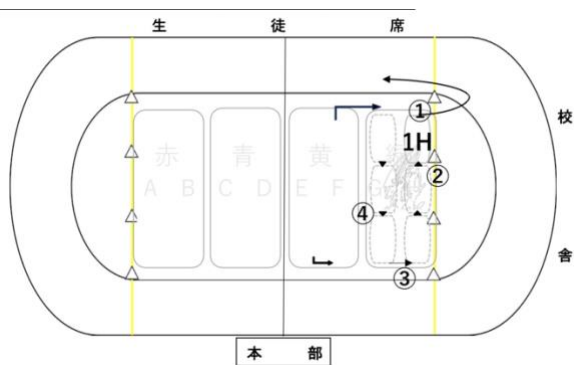
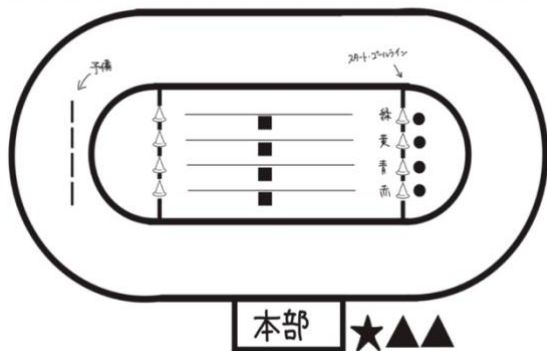
- ❶2本目の棒を頭より下でアーチ状にして通過させた。
(ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低0点とする。)

【失格】

- ①棒を2回折った。
- ②2本目の棒が1本目の棒を追い越した。
- ③コーンを反時計回りに回らずにそのまま競技を続けた。

<着順判定>

2本目の棒がゴールラインを通過した順。



《招集》なし

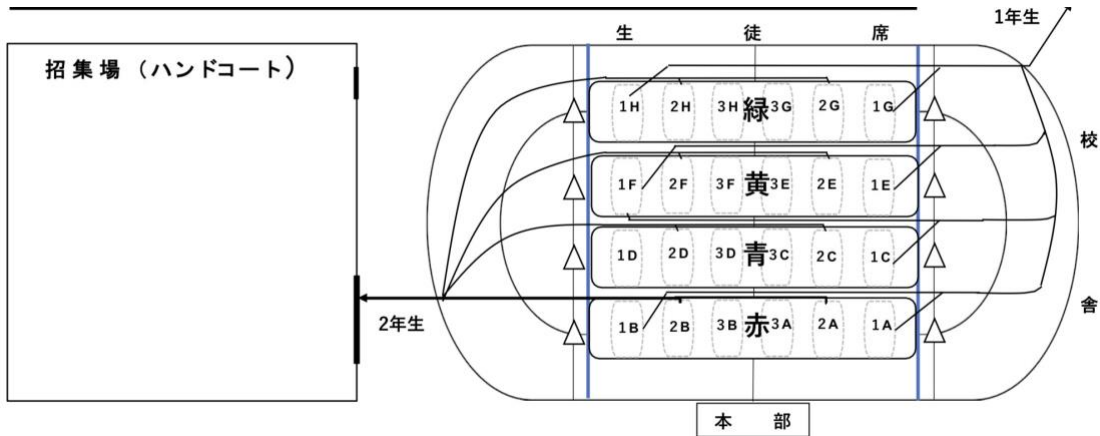
《誘導》

<入場>

- 1H を先頭にして、緑団→黄団→青団→赤団の順に誘導する。
- それぞれの団のコーンを回り、各団の位置まで誘導する。
- 赤団を誘導する誘導課は緑団の誘導が開始したら赤団をトラック上まで少し前進させる。
- 1年の先頭の人を青色の線の位置に誘導する。
- 各団のコーンに列の中心を合わせ、列の幅を揃える。列が偏らないように呼び掛ける。
- センターラインから青色の線までで1クラスずつになるように呼び掛ける。
- 各団の棒を持つ生徒にコーンを反時計回りに回ることを伝える。

<退場>

- 1 学年は退場、2 学年は一度座らせ、1 学年退場後ハンドコートへ向う、3 学年はその場に座らせる
- 1Gから動き出し、1Gの後ろに1Hがついていく。1Hの後ろに1E-1F-1C-1D-1A-1Bがついていく。
- 緑団以外は並んでいる状態で列を6列から3列にしてから誘導する。



23年全員リレー

出場：3学年

得点：1位 280点 2位 260点 3位 240点 4位 220点 5位 200点
6位 180点 7位 160点 8位 140点

【ルール】

- ・クラス対抗で行う。
- ・1人 100m（アンカーのみ 200m）のコーナートップ制。
- ・各クラス男子 20人、女子 21人にそろえる。
- ・第1走者の100mと最初のテイクオーバーゾーン 10m（緑のラインまで）の計 110mのみセパレートコース、以降はオープンコースとする。
- ・2回走る生徒は色別リレーの選手以外の生徒とする。
- ・BDFH組の走者はクラスカラーのゼッケンを、アンカーはタスキを着用する。
- ・次の走者は一度トラックの外側に移動し、呼ばれたらトラック内に入る。

【減点】

以下の項目それぞれ 1回につき 20点減点

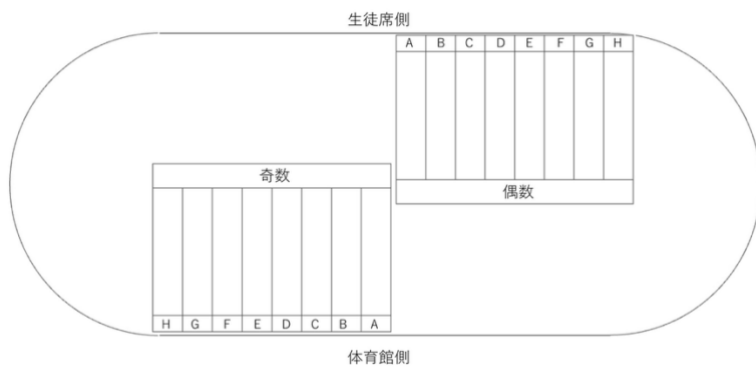
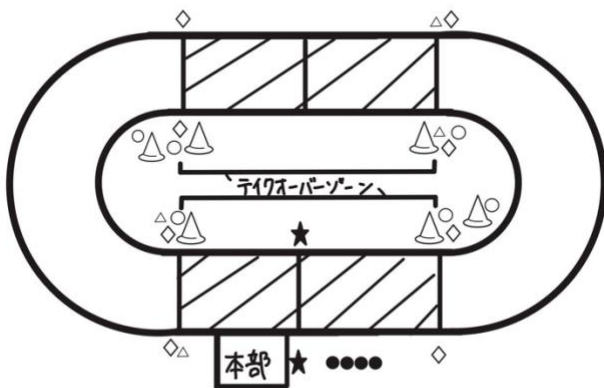
- ①セパレートコースでほかのコースに侵入した。
- ②テイクオーバーゾーン（緑色）内でバトンパスが行われなかった。
- ③同じ選手が 2回フライングした。
（ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低0点とする）

【失格】

- ①他の選手を妨害した。
 - ②色別リレーの選手が 2回走った。
- オーダー表通りの順でバトンパスが正しく行われなかった。

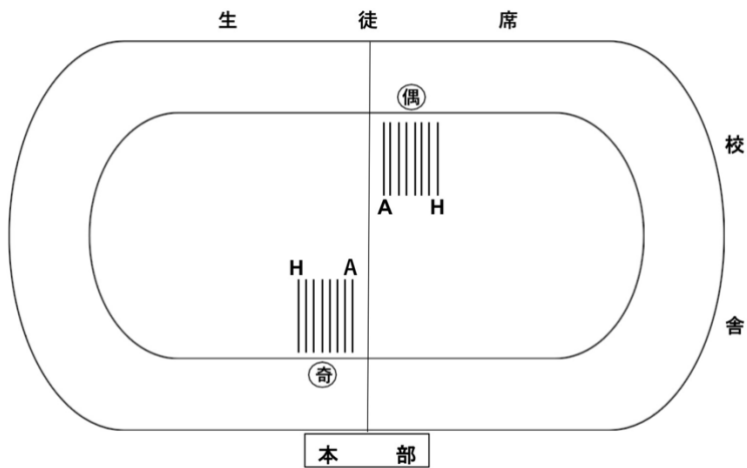
【着順判定】

アンカーの胴体がゴールライン（白色）を通過した順。



《招集》

- ・ 体育館側に奇数番号、生徒席側に偶数番号、各クラス走順に1列で並ぶ
- ・ 1走は体育館側からスタート
- ・ 男子20人、女子21人以内
- ・ BDFHクラス全員にクラスカラーのゼッケン
(ACEGにはゼッケン配布なし)
- ・ **BDFH**の10.20.30.40走に1.2.3.4番の団カラーゼッケン
- ・ 1走にバトン、アンカーにタスキ
- ・ (欠員対応) 色別に出ない人が2回



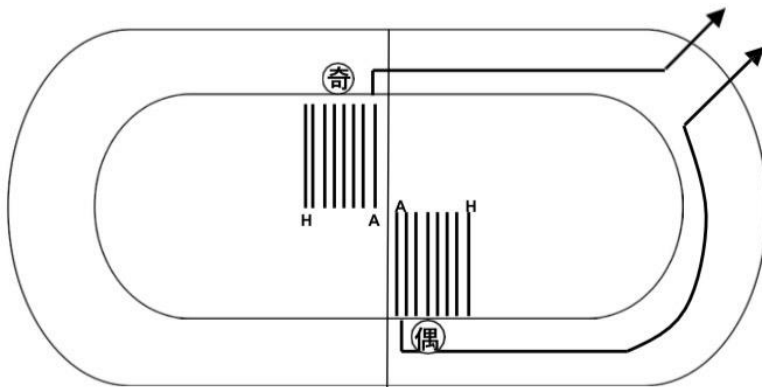
《誘導》

<入場>

- ・前競技の後、校庭に座っている3学年の生徒を誘導する。
- ・奇数走者が本部側、偶数走者が生徒席側になるように誘導する。
- ・先頭はトラックから3m内側のラインに合わせる。
- ・A組が内側、H組が外側になるように招集する。
- ・招集完了後、1走と2走をスタート位置、3走と4走をトラックの外側に出し、それ以外は座らせる。
- ・走り終わった選手で新たに列を作る。その際、2回目を走る選手がいないか確認する。

<退場>

生徒席側、本部側それぞれ赤団—青団—黄団—緑団の順に退場する。



3 竹取物語

出場：2 学年

得点：男女別 1 位 120 点 2 位 90 点 3 位 60 点 4 位 30 点

【ルール】

- ・ 団対抗のトーナメント制で行う。（3 位決定戦も行う）
- ・ 試合時間は最大 45 秒とする。 ・男女ともに 1 回戦は青団 vs 黄団
- ・ 長ズボンジャージを着用する。
- ・ 各団男子 36 人女子 44 人以内とする。人数不足の場合は同じ団の 1 年生を補充してもよい。ただし、人数が足りていなくても競技は開始する。
- ・ 大将棒 3 本 普通棒 16 本
 - ・ 一本につき大将棒 30 ポイント、普通棒 10 ポイント
- ・ 棒全体が陣地内（青色のラインより手前）に入ってから初めて“取った”とする。
- ・ 乱暴な行為（“棒を押し”を含む）があった場合、その棒は相手の棒となる。
- ・ 取った棒の合計ポイントが同じかつ大将棒の数も同じだった場合、団長のじゃんけんで勝敗を決める。
- ・ 棒が折れた場合、どちらの団のものにもならない。
- ・ 足裏以外が地面に触れたら、その人のみ立ち上がらせて、競技に再参戦させる。

【減点】

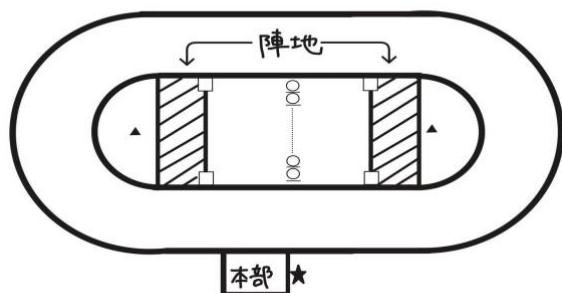
- ① 同じ団が 2 回フライングをした。（30 点減点）
- ② 長ズボンジャージを着用していない。（1 人につき 10 点減点）
（ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低 0 点とする）

【失格】

- ① 団の規定人数をオーバーした。
- ② 人数不足の際に 3 年生から補充した。
- ③ すでに相手がとった棒を相手の陣地から奪った。

【判定】

- ・ 取った棒の合計得点が高いほうが勝ち。
（取った棒の合計ポイントが同じかつ大将棒の数も同じだった場合、団長のじゃんけんで勝敗を決める。）

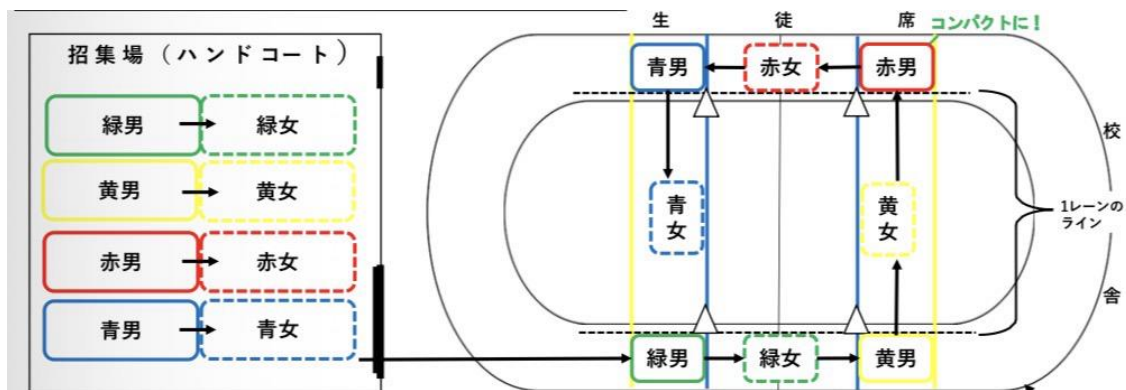


《招集》

- ・ 上記の順、各 4 列で並ばせる
- ・ 1 団あたり、男子 36 人以内、女子 44 人以内であることを確認する
- ・ 長ジャージを履いていることを確認する
- ・ (欠員対応) 1 学年からヘルプを出す

《誘導》

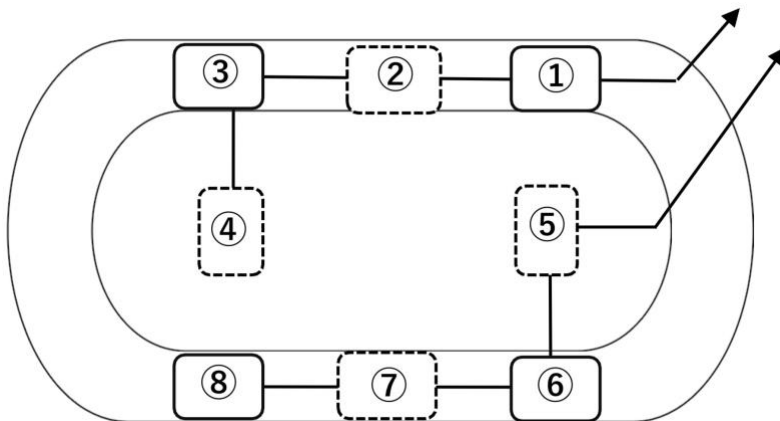
- ・ 青団女子、青団男子から順に反時計回りで直角に誘導し、誘導完了後選手を全員座らせる。待機している選手は 1 レーンの外に横 4 列で座らせる。



- ・男子は青色のラインに寄せる。
(一回戦を行う→終了)
- ・各団を反時計回りに1つコーンの内側を通して入れ替える。
(二回戦を行う→終了)
- ・三位決定戦を行う一回戦の負け団はコーンの内側を通らせ、二回戦の勝ち団は外側を通らせて(ただし、外側のトラックの線は超えないように線の内側を通らせて)入れ替える。
(三位決定戦を行う→終了)
- ・各団を反時計回りに1つコーンの内側を通して入れ替える。
(決勝戦を行う→終了)
- ・全体で反時計回りに移動する。→男子を同様に行う。

<退場>

それぞれ4列にして退場門に近い団から退場する。



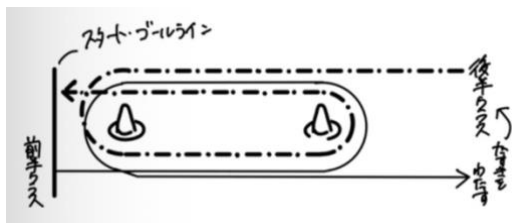
4 俺の屍を越えていけ

出場：1 学年

得点：1 位 220 点 2 位 160 点 3 位 100 点 4 位 40 点

【ルール】

- ・ 団対抗で 1 試合行い、船頭（1 人）が屍（ほかの人の背中）の上を走る。
- ・ 船頭の補助（1 人）は生徒が行い、船頭の手以外をつかんではいけない。
- ・ 黄色のラインより後ろで待機する。
- ・ フィールド内で各クラス 1 周半する。
- ・ 用意された 2 つのコーンを下図のように回る。（時計回りでも反時計回りでも可）



- ・ 「ACEG 組は準備を始めてください」のホイッスルからスタートまで 30 秒間としその間に屍は準備する。BDFH 組は ACEG 組がスタートしたら屍を作り始めてもよい。
- ・ 屍はゴールライン（黄色）までつくり、船頭は屍から降りてタスキを受け渡す。また、ゴールライン（黄色）を通過し、船頭が降りたらゴールとする。
- ・ 船頭はスタート時に屍に足をかけて待つてはいけない。
- ・ 船頭が屍から落ちた場合は審判の指示に従い、落ちた場所から再び始める。

<減点>

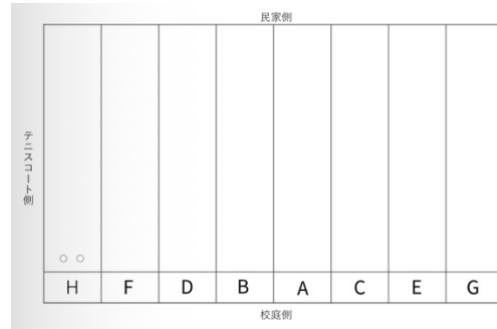
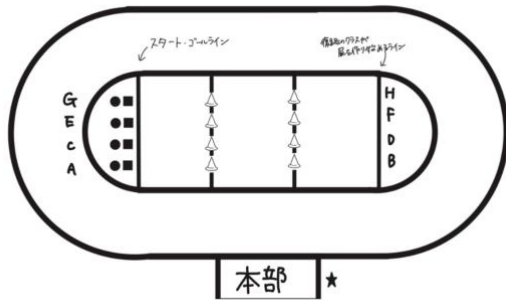
- ① シャツインをしなかった場合。
- ② 船頭が裸足にならず、靴下を履いて競技を行った場合
(1 人につき 10 点減点)

以下の項目それぞれにつき 20 点減点

- ③ 船頭が落ちた場所からやり直さなかった。
- ④ タスキの受け渡しまたはゴールの際にゴールライン（黄色）まで作らなかった。
- ⑤ 補助の人が船頭の手以外をつかんで支えた。
(ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低 0 点とする)

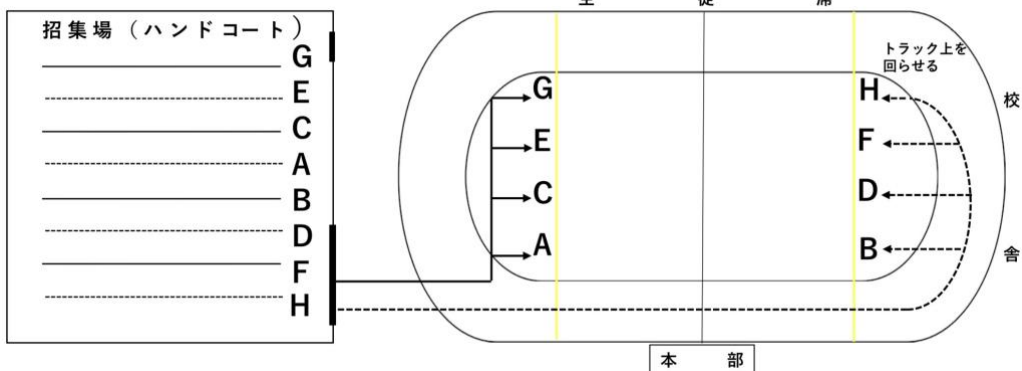
<失格>

- ・船頭が途中で交代した ・コーンを正しく回らなかった
- <着順判定>
- ・船頭が降り、且つゴールラインを通過した順。



《招集》

- ・テニスコート側から HGFEDCBA
- ・各クラス 2 列
- ・船頭と補助が先頭（校庭側）
- ・全員団 T をズボンの中に入れておくことを確認する
- ・ACEG の船頭にタスキ、船頭全員にクラスカラーのゼッケンを配布
- ・船頭は靴を履いたまま入場し、用意の位置で脱ぐ
(ハンドコートでは脱がない)

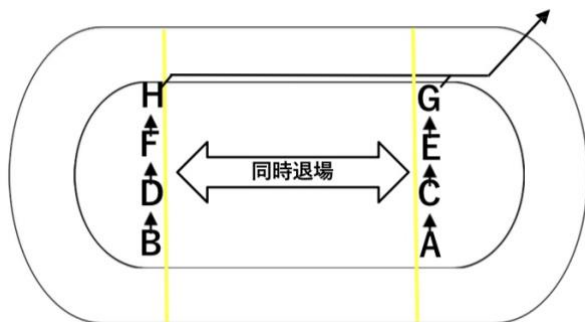


《誘導》

<入場>

- ・H・F組から2クラスずつで、各クラスの先頭を黄色のラインの外側まで誘導する。偶数クラスはトラック上を回らせるように誘導する。
- ・シャツインをしているか確認する。
- ・船頭と補助を先頭にして、生徒を座らせる。
- ・船頭の靴を反対側に運ぶ。誘導課は反対側で待機する。

- ・「準備をしてください。」のアナウンスで、屍を組み始める。



<退場>

G、E組から2クラスずつ、奇数クラス、偶数クラスの順で退場する。

5 山岳部隊養成講座

出場：3 学年

得点：1 位 220 点 2 位 160 点 3 位 100 点 4 位 40 点

【ルール】

- ・ 団対抗のトーナメント制（3 位決定戦も行う）
- ・ 1 試合 1 分で行う。
- ・ 1 回戦赤団 VS 青団、2 回戦黄団 VS 緑団で行う。
- ・ 各チーム男子 39 人以下女子 42 人以下にする。
- ・ 綱に貼ってあるテープのところを持つ。
- ・ 女子は綱の中央から並び、座った状態であらかじめ綱に手をかけておく。
- ・ 男子はトラックのスタートライン（白色）で待機する。
- ・ 人数不足の場合は同じ団の 2 年生を補充しても良い。ただし人数が足りなくともそのまま競技は続行する。
- ・ スタートの合図で女子は綱を引き、男子はトラックを 4 分の 1 周走って綱引きに加わる。
- ・ 綱についているラインより前を持ってはいけない。

【減点】

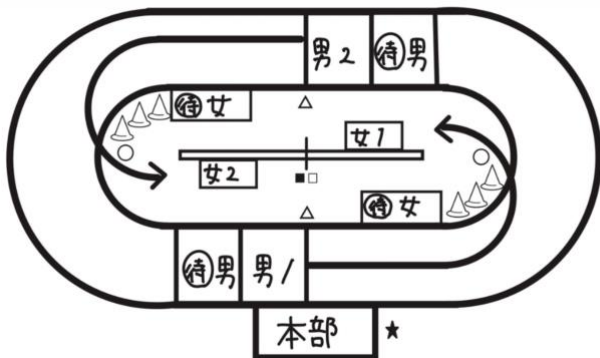
- ①男子がフライングした。（1 回につき 30 点減点）
- ②男子がコーンの外を走らなかった。
- ③選手が綱を規定のラインよりも前で持った。（②③は 1 回につき 20 点減点）
- ④長ズボンジャージを着用していない。（1 人につき 10 点減点）
（ただし、最終的な得点がマイナスになることはない。最低 0 点）

【失格】

- ・ 団の規定人数をオーバーした。・ 人数不足の際に 1 年生を補充した。

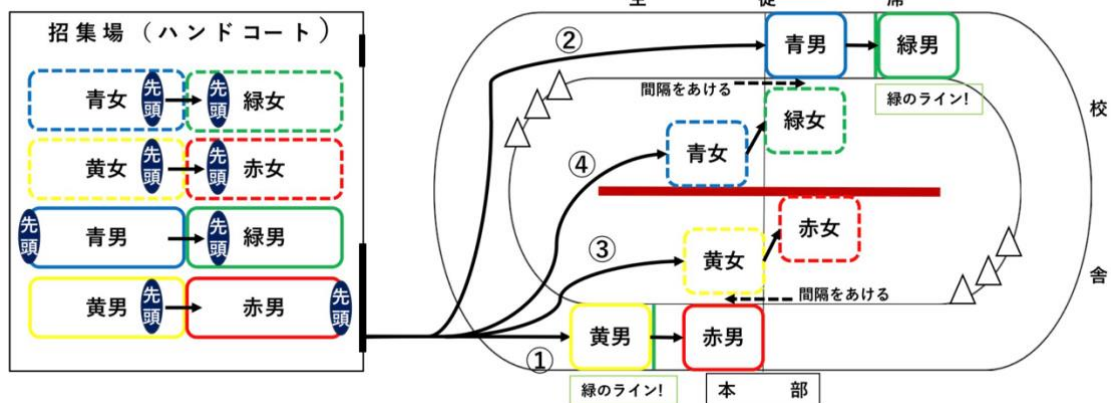
【判定】

- ・ 先に綱を 2.5m（赤ラインまで）引いたもしくは競技終了時点で相手より多く綱を引いていた。



《招集》

- ・上記のとおり並ばせる。
 - ・5人1列
 - ・1団あたり、男子39人以内、女子41人以内であることを確認する。
 - ・長ジャージを履いていることを確認する
- (欠員対応) 2学年からヘルプを出す

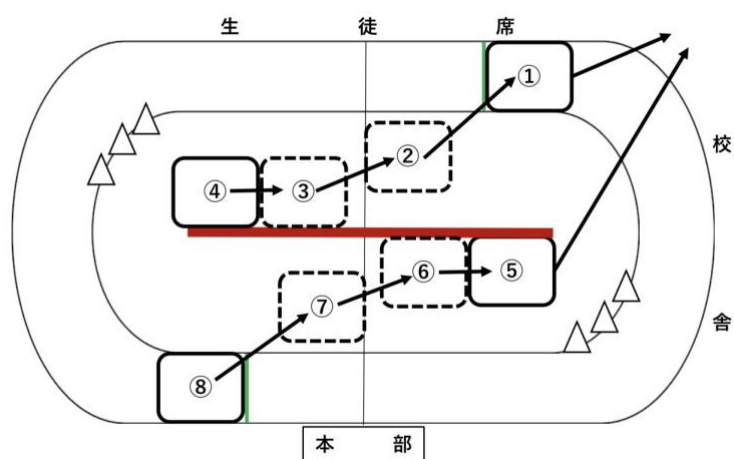


《誘導》

<入場>

- ・赤団男子から男子、女子の順に誘導し、誘導完了後生徒を座らせる。
 - ・競技順は1回戦(赤団対青団)、2回戦(黄団対緑団)、3位決定戦(1回戦の負け団対2回戦の負け団)、決勝戦(1回戦の勝ち団対2回戦の勝ち団)とする。
 - ・誘導時の女子の移動は、全て半時計周りで行う。
 - ・競技をしない団の女子はセンターライン横、競技をしない団の男子は緑のラインに先頭を合わせて待機させる。また、競技中に競技をしていない団の生徒は座らせる。
 - ・競技をする団の男子の先頭をセンターラインに合わせる。
- (一回戦を行う→男子を動かす→終了)

- ・競技終了後誘導開始の指示が出た後に、赤団と青団の生徒（男女共）に縄を跨がせる。
- ・赤女→緑女→青女→黄女のように反時計回りに女子を誘導する。
- ・黄男と緑男の先頭をそれぞれセンターラインまで前進させる。
- ・青男と赤男をそれぞれ緑男と黄男の後ろに誘導する。
- ・男子の移動は誘導課が先導し、トラック上を回って移動させる。

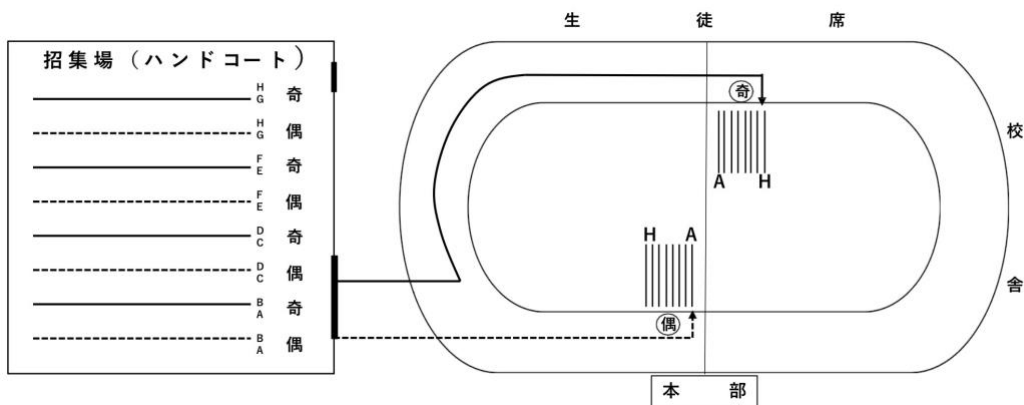


<退場>

上図のように、退場門に近い団から順番に4列で退場する。

《招集》

- ・ テニスコート側から AB 偶、AB 奇…の順で走順で並ぶ
- ・ 民家側が先頭
- ・ 男子 18 人女子 22 人以内
- ・ 10 走、20 走、30 走、40 走にクラスカラーのゼッケン
- ・ 1 走にバトン、アンカーにタスキ
- (欠員対応) 色別に出ない人が 2 回
- ・ 1 走は偶数列の先頭



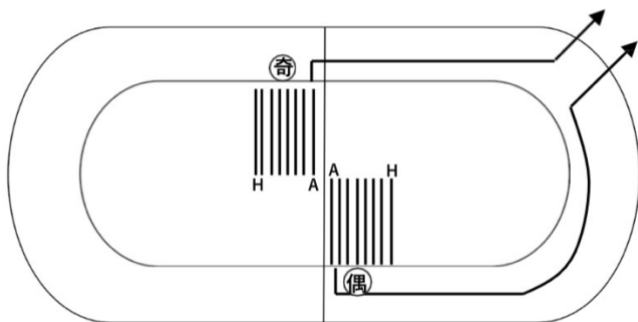
《誘導》

【入場】

- ・ 偶数走者と第 1 走者が本部側、奇数走者が生徒席側になるように誘導する。
- ・ A 組が内側、H 組が外側になるように誘導する。
- ・ 先頭はトラックから 3m 内側のラインに揃える。
- ・ 誘導完了後、1 走をスタート位置、2 走と 3 走をトラックの外側に出し、それ以外は座らせる。
- ・ 1 走に走るレーンを伝える。
- ・ 走り終わった選手で新たに列を作る。その際、2 回目を走る選手がいないか確認する。

【退場】

生徒席側、本部側、それぞれ赤団—青団—黄団—緑団の順に退場する。



◎ 部活動対抗リレー

出場：各部活代表者

【ルール】

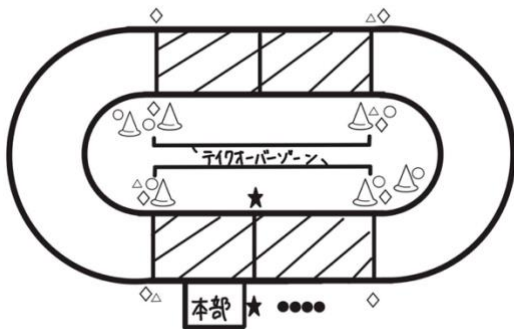
- ・1人半周（100m）4走者×8レーン×2レース
- ・コーナートップ制で行う。
- ・第1走者の100mと最初のテイクオーバーゾーン10m（緑のラインまで）の計110mのみセパレートコース、以降はオープンコースとする。
- ・自分のレーンをはみ出すような行為は禁止とする。
- ・服装は自由であるが、あくまでも各部活の速さを競う競技であることを忘れないこと。安全で公序良俗に反しないものにする。
- ・ボールやそのほか小道具などの使用は禁止とする。
- ・次の走者は一度トラックの外側に移動し、呼ばれたらトラック内に入る。

【失格】

- ①他の選手を妨害した。
- ②同じ選手が2回フライングした。

【着順判定】

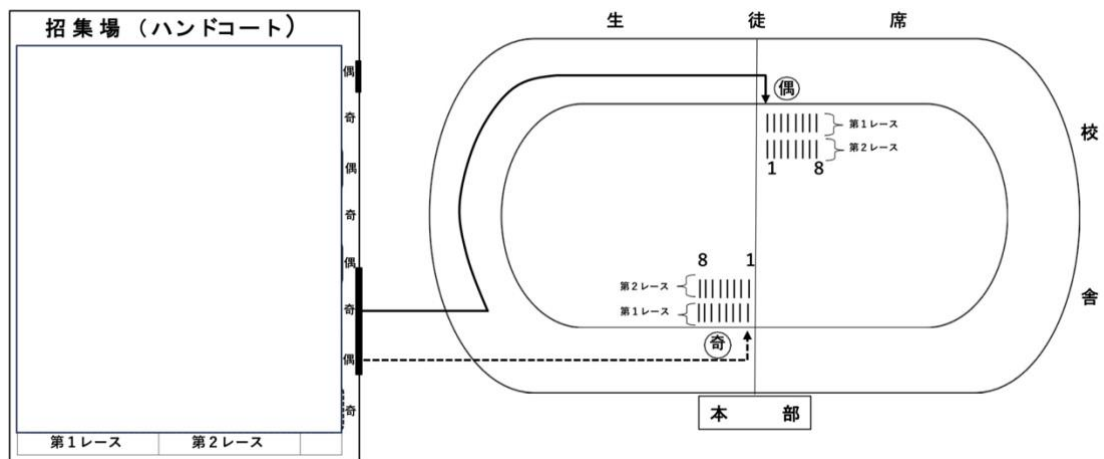
アンカーの胴体がゴールライン（白色）を通過した順。



		民家側							
		クイ研 女ハ研	クイ研 女ハ研	吹奏 女テニ	吹奏 女テニ	バド 女バス	バド 女バス	剣道 陸上①	剣道 陸上①
		①③ 奇	②④ 偶						
①	テニスコート側	管弦 アメフト	管弦 アメフト	男バス 野球	男バス 野球	男テニ サッカー	男テニ サッカー	陸上② 男ハン	陸上② 男ハン
		①③ 奇	②④ 偶						
②	校庭側	奇	偶	奇	偶	奇	偶	奇	偶

《招集》

- ・民家側先頭で上記の図の通り並ぶ（上記の図は今年のもの）
- ・校庭側に2レース目の組、民家側に1レース目の組
- ・各部活4人（名前確認）
- ・1レース目の先頭にバトン



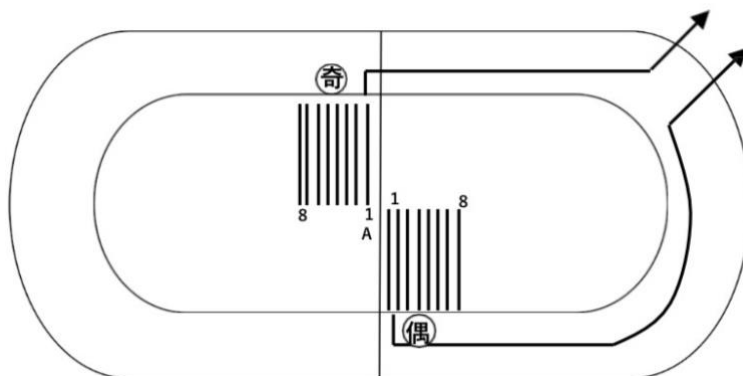
《誘導》

【入場】

- ・各レースの1・2レーン奇数、1・2レーン偶数、3・4レーン奇数、3・4レーン偶数、5・6レーン奇数、5・6レーン偶数、7・8レーン奇数、7・8レーン偶数の順に誘導する。
- ・先頭はトラックから3m内側のラインに合わせる。
- ・奇数走者が本部側、偶数走者が生徒席側になるように誘導する。
- ・1レーンが内側、8レーンが外側になるように整列させる。
- ・誘導完了後、1走と2走をスタート位置、3走と4走をトラックの外側に出し、それ以外は座らせる。
- ・1走と2走に走るレーンを伝える。
- ・走り終わった選手で新たに列を作る。

【退場】

生徒席側、本部側それぞれ1,2レーンから順に2レーンずつ退場する



(ダンスを踊る生徒は急いで直接体育館に向かわせる)

7 斜方投射

出場：1 学年

得点：1 位 280 点 2 位 260 点 3 位 240 点 4 位 220 点 5 位 200 点
6 位 180 点 7 位 160 点 8 位 140 点

【ルール】

- ・クラス対抗で行い、クラスごとに 4 人 1 組のグループを 10 組作り、リレー方式で行う。
- ・ブルーシートの四隅を持ち、グループで 1 往復する。



- ・2つのコーンは上図のように8の字になるように回る。回り方はどちらでもよい。
- ・スタート時4人のうち後ろ2人の後ろ足が黄色のラインを踏むようにして立った状態で待機する。また、次のグループに渡すとき、ブルーシートの一部が黄色のラインにかかるようにして一度置く。
- ・落ちたボールを拾うとき以外、ボールに触れてはいけない。(ブルーシート越しにボールを触ることも禁止)
- ・バーの手前でボールを宙に浮かしてバーの上を通し、ブルーシートでキャッチする。
- ・各グループは最初の投射から20秒以内にバーの上を正しく通し、キャッチすることができなかつたら、そのグループはバーの上を通さず一度バーの前に戻ってからボールをブルーシートに乗せたままバーの下を通して続ける。
- ・ボールがバーの上を通ったらコーンを回って折り返す。
- ・ボールが地面に落ちた場合は落ちた場所から再開する。
- ・往路が成功するまで(最大20秒)、ボールをバーの上に通す。
- ・最後のグループが往復し終わったらブルーシートを地面に置き、生徒は座る。

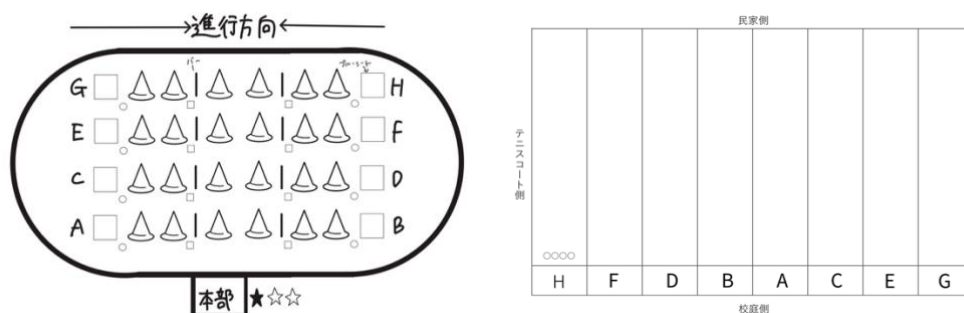
【減点】

以下の項目それぞれ 1 回につき 20 点減点

- ❶ ボールが落ちた地点からやり直さなかった。
- ❷ コーンを正しく回らずに競技を続けた。
- ❸ 次のグループに渡すときに一度ブルーシートを地面に置かなかった。またはブルーシートの一部が黄色のラインにかかっていなかった。
(ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低0点とする)

【着順判定】

最後のグループがブルーシートを地面に置き、手を離れた順。



《招集》

- ・ テニスコート側から HFDBACEG
- ・ オーダー表の順に、校庭側先頭で並ばせる
- ・ 各クラス 4 列
- ・ 各クラス 10 ペアであることを確認する
- ・ アンカーペアのうち 3 人にクラスカラーのゼッケン、1 人に紫色ゼッケンを配布する (アンカーが 2 回走る場合、アンカーのひとつ前の人に渡しておく)

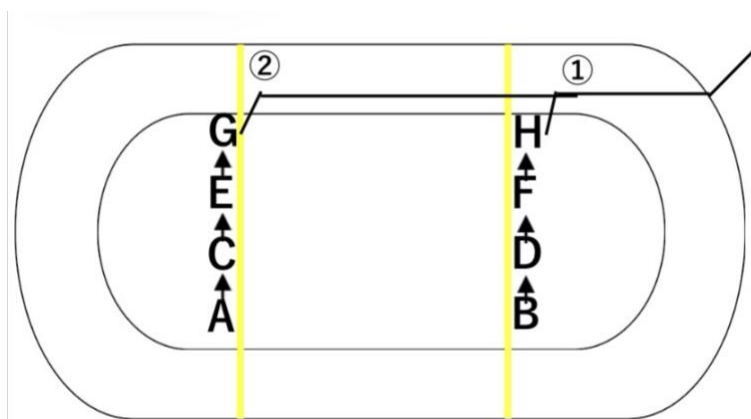
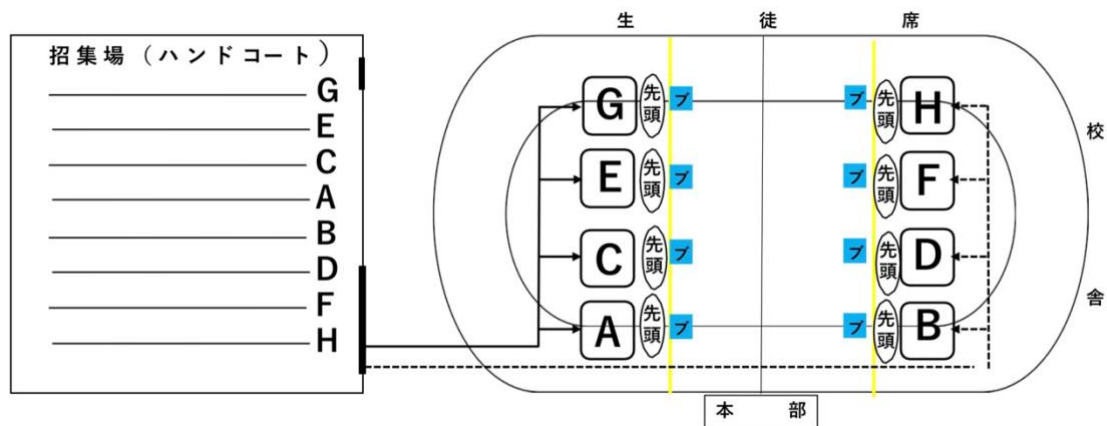
《誘導》

〈入場〉

- ・ 各クラス、用具の外側に誘導し、誘導完了後座らせる。先頭は黄色のラインに合わせる。
- ・ 競技中、並んでいる選手を座らせる。また、競技を終えた選手を列の最後尾につけ、列を前に出す。

〈退場〉

緑団を先頭に偶数クラス→奇数クラスの順に退場する



8 ひとつになろう IPPON

出場：2 学年

得点：1 位 220 点 2 位 160 点 3 位 100 点 4 位 40 点

【ルール】

- ・ 団対抗で 4 団同時に行う。
- ・ 長ズボンジャージを着用して、足首を出さない。
- ・ 6 人①（半周）→6 人②（半周）→12 人（1 周）→16 人（1 周）の繰り返しの計 40 人×2 クラス。
- ・ ムカデの紐は結んであるのでそのまま足を通す。
- ・ 6 人②のテイクオーバーゾーンの終わりまでセパレートコース、以降はオープンコースとする。（1 周 200m+10m 緑ラインまで）
- ・ テイクオーバーゾーン（緑色）にムカデの先頭がついたら、ムカデを崩さずに先頭は次のムカデの最後尾の人にタスキを渡す。
- ・ タスキを受け取った最後尾の人は先頭までタスキを送り、先頭がタスキをかけたならスタートする。（この時タスキは先頭まで 1 人 1 人送る必要はないが投げてはいけない。）
- ・ 次のムカデは、半周前の地点の順位順に内側からムカデをつくる。
- ・ 前のムカデを完全に追い越していない状態で先頭はインコースに入ってはいけない。

【減点】

以下の項目それぞれ 1 回 1 人につき 20 点減点

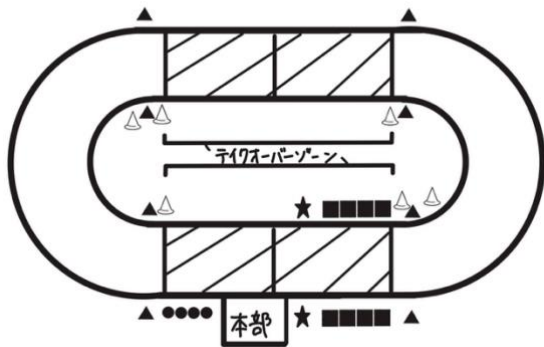
- ①セパレートコースでコースを外れた。
- ②長ズボンジャージを着用しなかった。
- ③ほかのムカデに妨害行為をした。
- ④ムカデの輪に正しく足を通していなかった。
- ⑤前のムカデを完全に追い越していない状態で先頭がインコースに入った。
- ⑥タスキをテイクオーバーゾーン外で受け渡した。
- ⑦タスキを投げて渡した。

（ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低 0 点とする）

【着順判定】

ムカデが全て（最後尾が）ゴールライン（白色）を超えた順。

《招集》

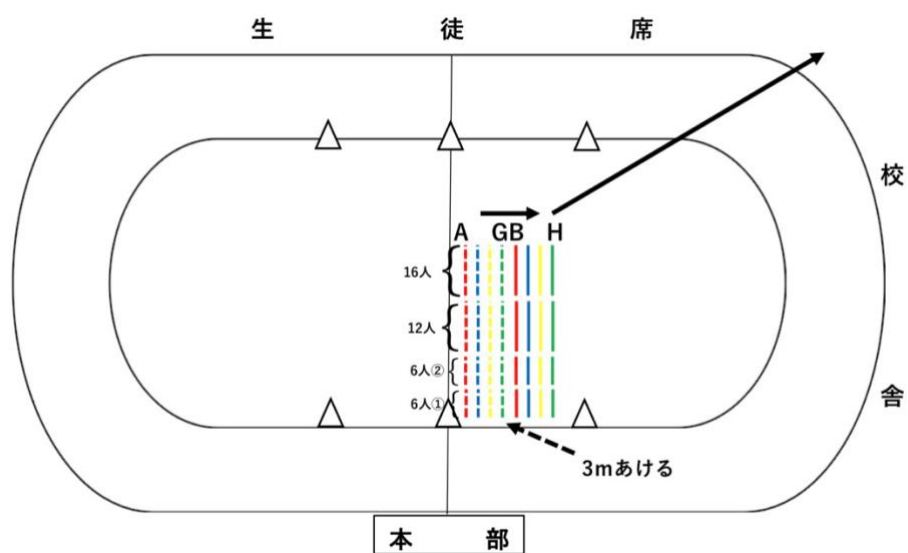
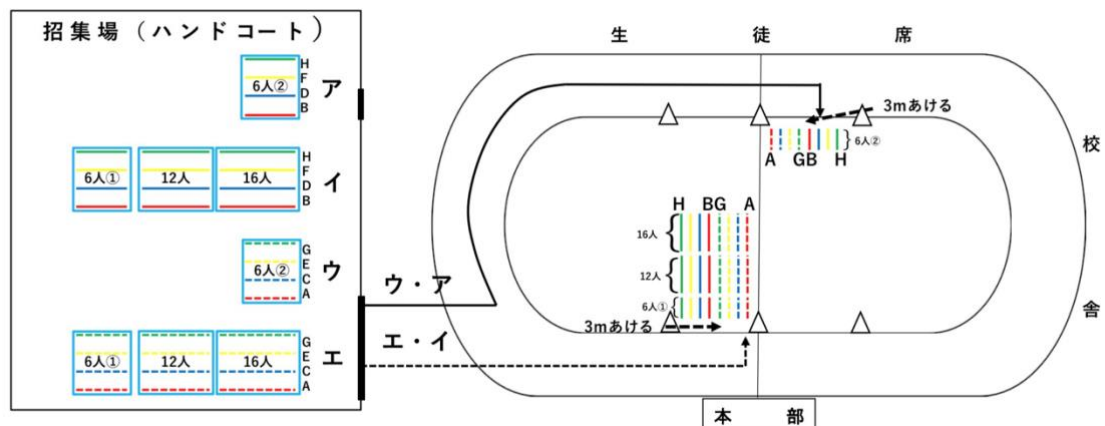


民家側			
6人①	6人②	6人①	6人②
12人	ACEG	12人	BDFH
16人		16人	
ACEG		BDFH	
校庭側			

- ・ 図のように並ぶ
- ・ 各クラス 1 列
- ・ ムカデの先頭は民家側
- ・ 長ジャージを履いていることを確認する
- ・ 各ムカデの先頭に標識をつけた団カラーのゼッケン、1 番後ろの人に団カラーのゼッケン
- ・ ACEG6 人①の先頭にタスキ
- ・ (欠員対応) クラス内で代走を出す
《誘導》
- ・ 6 人①、12 人、16 人のムカデを本部側、6 人②のムカデを生徒席側に誘導する。
- ・ 先頭はトラックから 3m 内側のラインに合わせる。
- ・ 本部側は校舎から赤団、青団、黄団、緑団、生徒席側はハンドコート側から赤団、青団、黄団、緑団の順に並ぶ。
- ・ 誘導完了後、6 人①と 6 人②、12 人の選手をトラックのレーンに出し、ムカデを足に装着させる。16 人のムカデはトラックの外に出す。
- ・ ムカデの装着はレーンに入ってからさせる。
- ・ 奇数クラスの 6 人①と 6 人②に走るレーンを伝える。
- ・ 前のムカデがレーンに入ったら、列を前進させる。
- ・ 走り終わった選手は自分のクラスの列の最後尾に並ばせる。

《退場》

競技終了後、偶数奇数の順に直接退場する。



9 アマゾネス

出場：3年女子

得点：配点制（生き残った騎馬の数）女王騎 30点 その他 15点

【ルール】

- ・90秒×2試合、4団同時にフィールド内（白色の円）で行う。
- ・各団女王騎1騎、その他10騎で合計11騎以内とする。
- ・騎手は軍手を着用する。女王騎はゼッケンも着用する。
- ・帽子はどの向きにかぶっても良い。
- ・メガネや金属類（ピンを含む）は外す。騎馬は靴を履く。
- ・帽子は被り直しても良いが、手で押さえてはいけない。
- ・帽子の上からハチマキを結んで帽子を固定してはいけない。
- ・女王は試合開始から30秒以内に対角線（白色）上の団長とハイタッチする
- ・女王は団長とハイタッチするまで誰にも攻撃されず、誰にも攻撃できない。
- ・人数不足の場合は同じ団の2年生を補充しても良い。この時2年生だけで騎馬を組んではいけない。ただし、人数が足りていなくてもそのまま競技は開始する。

【減点】

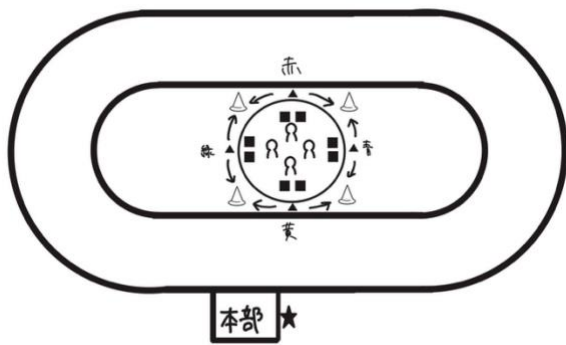
- ① 試合開始から30秒以内に女王が団長とハイタッチをしなかった。（30点）
- ② 騎手が軍手を着用していなかった。（1人につき20点）
（ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低0点とする）

【失格】

- ① 騎手の帽子を取られた。
- ② 帽子を何かで固定していた。
- ③ 戦っている時に帽子を手で押さえた。
- ④ 騎馬が相手を攻撃した。
- ⑤ 騎馬が崩れた、または膝をついた。
- ⑥ 騎手の体の一部が地面についた。
- ⑦ 騎馬が動かず、注意を受けても動かなかった。
- ⑧ 審判に失格を宣言された。
- ⑨ 人数不足の際、1年生を補充した。
- ⑩ 2年生だけで組んでいる騎馬があった。

【判定】

生き残った騎馬の数による配点制（女王30点、その他15点）



	民家側			
テニスコート側	女王騎			
	赤	青	黄	緑
	校庭側			

《招集》

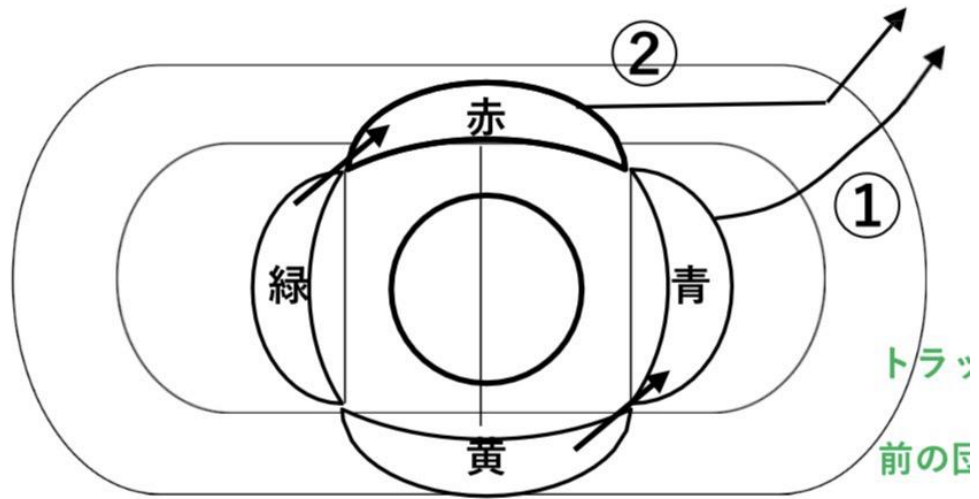
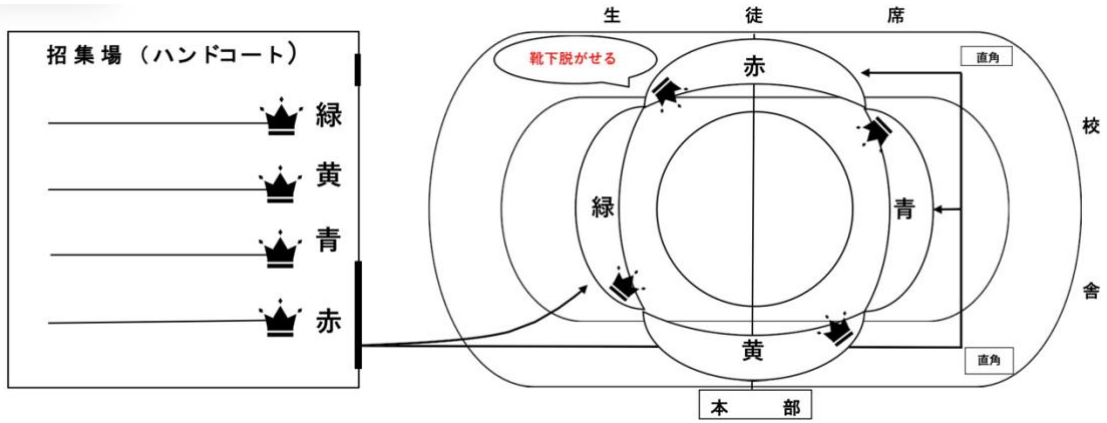
- ・ テニスコート側から赤青黄緑
- ・ 女王騎が先頭、その後ろにオーダー表の順にその他の騎が並ぶ。
- ・ 各団騎馬は 11 騎以内
- ・ 騎手は靴を履いたまま入場し用意の位置で脱ぐ
(ハンドコートでは脱がない)
- ・ 騎手に軍手と帽子
- ・ 女王騎に団カラーのゼッケン (4 枚)
- ・ 全員からメガネ回収
- ・ (欠員対応) 2 学年からヘルプを出す

《誘導》

- ・ 赤団、青団、黄団、緑団の順にサークルの外側に誘導する。
- ・ 赤団、青団は青のラインで直角に曲がるような形で誘導する。
- ・ フィールドに向かって、右側に女王騎を誘導する。
- ・ 誘導が完了したら騎手に靴下を脱ぐよう指示し、全員座らせる。
- ・ 合図後、騎馬を組ませ、サークルの内側へ前進させる。

《退場》

赤—青—黄—緑の順に 1 団ずつ退場する。



10 1 年全員リレー

出場：1 学年

得点：1 位 280 点 2 位 260 点 3 位 240 点 4 位 220 点 5 位 200 点
6 位 180 点 7 位 160 点 8 位 140 点

【ルール】

- ・クラス対抗で行う。
- ・1 人 100m (アンカーのみ 200m) のコーナートップ制。
- ・各クラス男子 21 人、女子 20 人に揃える。
- ・第 1 走者の 100m と最初のテイクオーバーゾーン 10m (緑のライン) の計 110m のみセパレートコース、以降はオープンコースとする。
- ・2 回走る生徒は色別リレーの選手以外の選手とする。
- ・10、20、30、40 番目の走者はクラスカラーのゼッケンを、アンカーはタスキを着用する。
- ・次の走者は一度トラックの外側に移動し、呼ばれたらトラック内に入る。

【減点】

以下の項目それぞれ 1 回につき 20 点減点

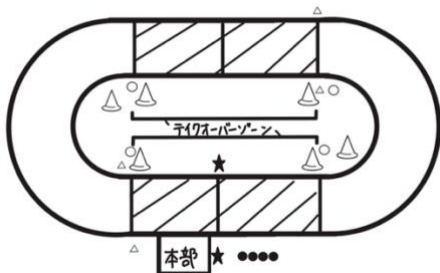
- ①セパレートコースでほかのコースに侵入した。
- ②テイクオーバーゾーン (緑色) 内でバトンパスが行われなかった。
- ③同じ選手が 2 回フライングした。
(ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低 0 点とする)

【失格】

- ①他の選手を妨害した。
- ②色別リレーの選手が 2 回走った。
- ③ オーダー表通りの順でバトンパスが正しく行われなかった。

【着順判定】

アンカーの胴体がゴールライン (白色) を通過した順。



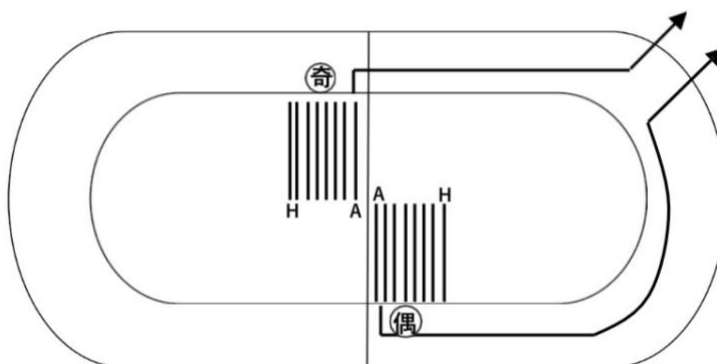
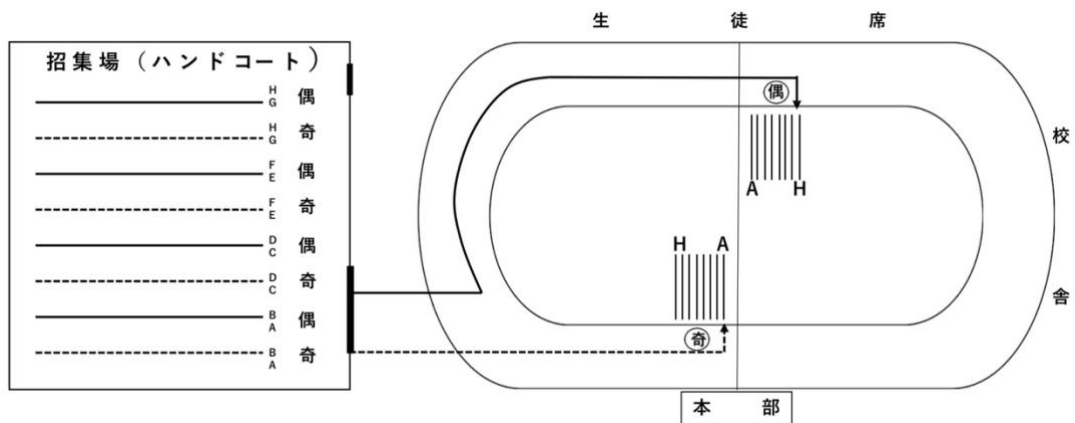
		民家側								
テニスコート側		○	○							
	AB	AB	CD	CD	EF	EF	GH	GH		
	奇	偶	奇	偶	奇	偶	奇	偶		
		校庭側								

《招集》

- ・ テニスコート側から AB 奇数、AB 偶数、 、 の順で走順で並ぶ
- ・ 民家側が先頭
- ・ 男子 21 人女子 20 人以内
- ・ 10、20、30、40 走に 1、2、3、4 番のクラスカラーゼッケン
- ・ 1 走にバトン、アンカーにタスキ
- ・ (欠員対応) 色別に出ない人が 2 回

《誘導》

- ・ 奇数走者が本部側、偶数走者が生徒席側になるように誘導する。
- ・ 先頭はトラックから内側 3m のラインに合わせる。
- ・ A 組が内側、H 組が外側になるように誘導する。
- ・ 誘導完了後、1 走と 2 走をスタート位置、3 走と 4 走をトラックの外側に出し、それ以外は座らせる。
- ・ 1 走と 2 走に走るレーンを伝える。
- ・ 走り終わった選手で新たに列を作る。その際、2 回目を走る選手がいないか確認する



11 騎馬戦

出場：3年男子

得点：配点制（生き残った騎馬の数）大将騎 30点 副将騎 20点 その他 15点

【ルール】

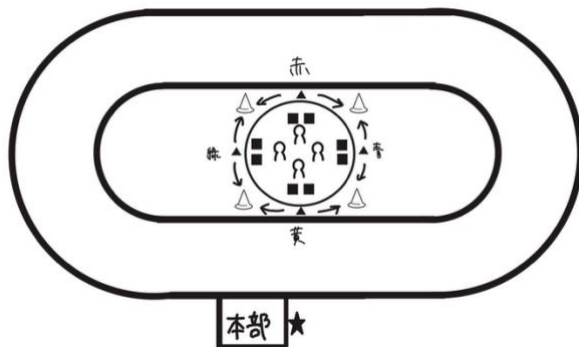
- ・90秒×2試合、4団同時にフィールド内（白色の円）で行う。
- ・各団大将騎1騎、副将騎2騎、その他7騎で合計10騎以内とする。
- ・各団の大将騎はフィールドの中心から始める。
- ・崩れた騎馬に巻き込まれた騎馬は組み直して良い。
- ・柔道着を着用し、メガネ、金属類は外す。靴下は可。騎馬は靴を履く。
- ・大将はカラー柔道着を着用し、副将騎は騎馬の3人がゼッケンを着用する。
- ・人数不足の場合は同じ団の2年制を補充しても良い。この時2年生だけで騎馬を組んではいけない。ただし人数が足りていなくてもそのまま競技は開始する。

【失格】

- ① 騎馬が相手を攻撃した。
- ② 騎馬がフィールド外に出た。
- ③ 騎馬が崩れた、または膝をついた。
- ④ 騎手の体の一部が地面についた。
- ⑤ 騎馬が動かず、注意を受けても動かなかった。
- ⑥ 審判に失格を宣言された。
- ⑦ 競技終了後合図後に攻撃した。
- ⑧ 人数不足の際、1年生を補充した。
- ⑨ 2年生だけで組んでいる騎馬があった。

【判定】

生き残った騎馬数による配点制（大将騎 30点、副将騎 20点、その他 15点）



民家側			
副将騎 副将騎 大将騎			
赤	青	黄	緑
校庭側			

《招集》

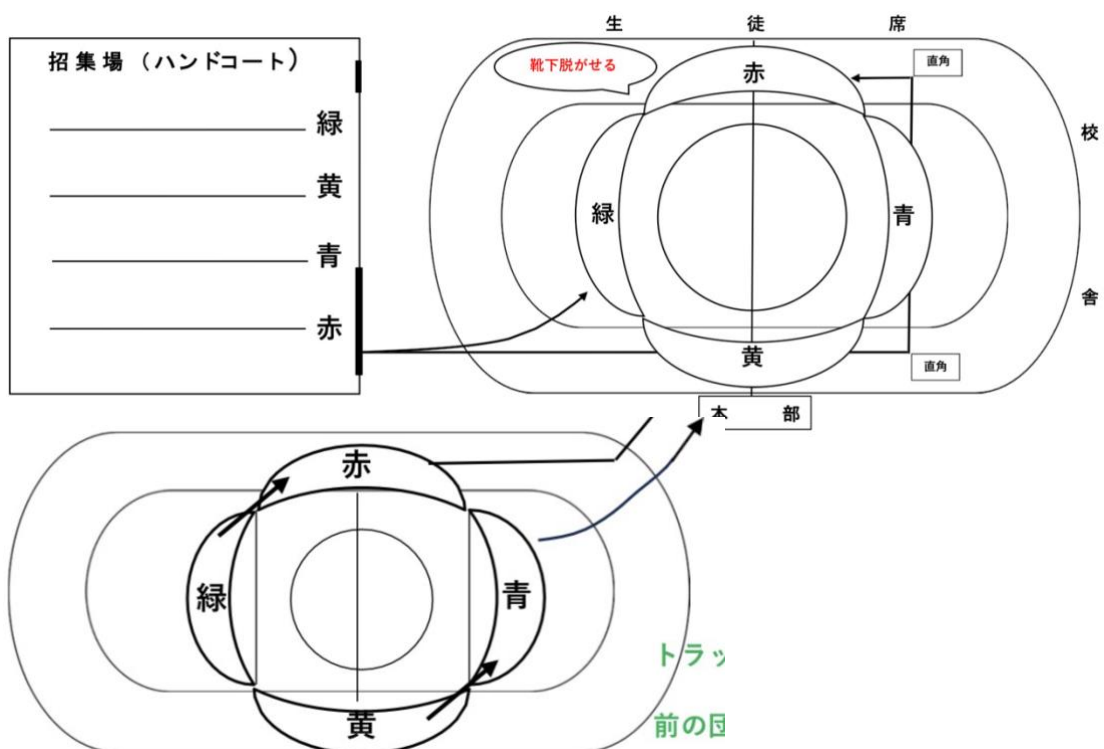
- ・ テニスコート側から赤青黄緑
- ・ 大将騎、副将騎 2 騎の後ろにオーダー表の順にその他の騎が並ぶ
- ・ 各団騎馬は 10 騎以内
- ・ 騎手は靴を履いたまま入場し用意の位置で脱ぐ
(ハンドコートでは脱がない)
- ・ 大将騎の騎手にカラー柔道着
- ・ 副将騎の騎馬に団カラーのゼッケン
- ・ 全員からメガネ回収
- ・ 全員が柔道着を着用していることを確認する
- ・ (欠員対応) 2 学年からヘルプを出す

《誘導》

- ・ 赤団、青団、黄団、緑団の順に誘導する
- ・ 赤団、青団は青のラインで直角に曲がるような形で誘導する。
- ・ 誘導が完了したら騎手に靴下を脱ぐよう指示し、全員座らせる。
- ・ 合図後、騎馬を組ませ、サークルの内側へ前進させる。

《退場》

- ・ 青—黄—赤—緑の順にひと団ずつ退場する。
- ・ 色別リレーに出場する選手は校庭で柔道着を脱いで預けた後、急いで直接招集場に向かわせる。



12 色別リレー

出場：各学年男女代表

得点：1 位 300 点 2 位 270 点 3 位 240 点 4 位 210 点 5 位 180 点
6 位 150 点 7 位 120 点 8 位 90 点

【ルール】

- ・各団 2 チーム、計 8 チームのコーナートップ制。
- ・1 人 200m (トラック 1 周) ×12 人
- ・1 年→2 年→3 年の順 (女男女男の順) で走る。
- ・第 1 走者の 200m と最初のテイクオーバーゾーン 10m (緑のラインまで) の計 210m のみセパレートコース、以降はオープンコースとする。
- ・次の走者は一度トラックの外側に移動し、呼ばれたらトラック内に入る。

【減点】

以下の項目それぞれ 1 回につき 20 点減点

- ① セパレートコースでほかのコースに侵入した。
 - ② テイクオーバーゾーン (緑色) 内でバトンパスが行われなかった。
 - ③ 同じ選手が 2 回フライングした。
- (ただし最終的な得点がマイナスになることはなく、最低 0 点とする)

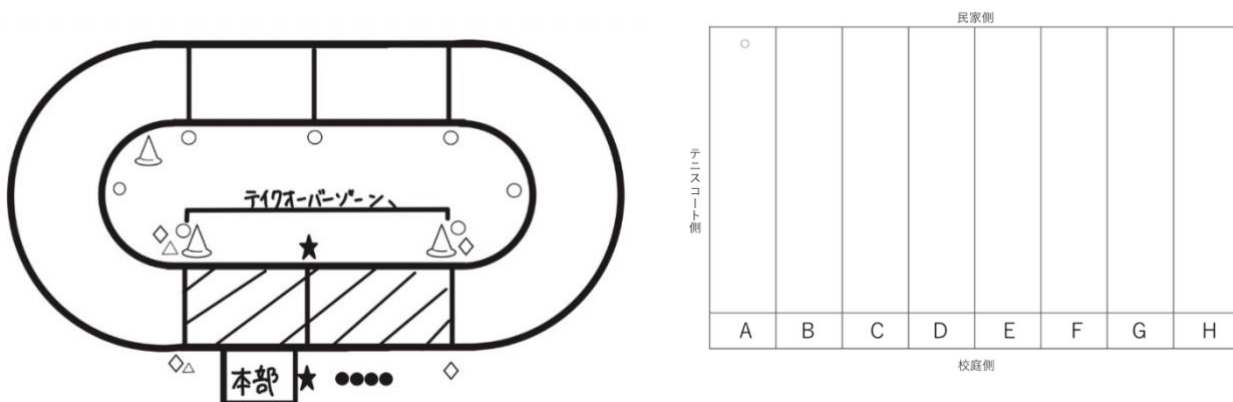
【失格】

他の選手を妨害した。

オーダー表通りの順で正しくバトンパスが行われなかった。

【着順判定】

アンカーの胴体がゴールライン (白色) を通過した順。



《招集》

- ・ テニスコート側から ABCDEFGH
- ・ 民家側先頭で、先頭から 1 年 2 年 3 年の順で走順 1 列で並ぶ
- ・ 各学年の最初の走者にクラスカラーのゼッケン
(1 年生に 1、2 年生に 2、3 年生に 3 の番号)
- ・ 1 走にバトン、アンカーにタスキ
- ・ (欠員対応) 補欠から出す (全員リレーで 2 回走っていない人)

《誘導》

- ・ A—B—C—D—E—F—G—H の順に、1 コースを通過して選手が目立つようにゆっくりと誘導する。
- ・ 先頭はトラックから内側 3m のラインに合わせる。
- ・ 1 走をスタート位置、2 走をトラックの外側に出し、それ以外の選手は座らせる。
- ・ 1 走に走るレーンを伝える。
- ・ 走り終わった選手で新たに列を作る。
- ・ 競技終了後、色別リレーの生徒を閉会式の形に整列させる。

