

ソサイチ(7人制)とサッカー(11人制)のルールの違い

競技種目	ソサイチ	サッカー
ピッチサイズ	幅30m～40m×長さ50m～60mを原則とする	幅68m×長さ105m
ピッチ表面	人工芝、芝	芝
ゴールサイズ	2.2m×5m (ジュニアサッカーゴールに相当)	2.44m×7.32m
ボール	5号球 ローバウンド	5号球(U-13以上)
競技者数	7人 ※試合開始時5人で試合成立	11人
交代	自由 ピッチ内の7人とベンチの交代要員（最大13人）が、交代ゾーン(ℓ-ℓ'より両側5m)にて、いつでも入れ替わることが出来る。交代要員はピブスを着用し、出場時に交代する選手に脱いだピブスを手渡しをする。交代は交代ゾーンから中の選手が出てから、入ることができる。交代ルールが守られない選手は警告となる。	アウトオブプレーの時審判の承認を得て交代は3人まで。
キックオフ	直接ゴールを決めることが出来る。どの方向でもOK。	直接ゴールを決めることが出来る。どの方向でもOK。
試合時間	20分ハーフ(ランニングタイム)	45分ハーフ(ランニングタイム)
プレーの再開	ボールがタッチラインを超えたときはスローインで再開する。	ボールがタッチラインを超えたときはスローインで再開する。
	守備側がボールをゴールラインから出したときは、コーナースローで再開する。コーナースローからの直接ゴールは認められない。	守備側がボールをゴールラインから出したときは、コーナーキックで再開する。
	攻撃側がボールをゴールラインから出したときは、ゴールキーパーがペナルティエリア内から手で投げて(ゴールクリアランス)再開する。	攻撃側がボールをゴールラインから出したときはゴールキックで再開する。
オフサイド	無し	有り
ファールカウント	直接フリーキックで罰せられる反則の数を、チーム毎に数えて累積する。各チーム6つ目以降の反則を犯すと、 シュートアウト が相手チームに与えられる。（5つ目までは反則のあった場所からの直接FKかPA内の場合はPKで再開する。6つ以降の反則で、PA内の場合は、PKとなる。）前半分のファールカウントは、後半開始前にリセットされる。	反則の数は数えない。
壁の距離	5m	9.15m
退場後の補充	補充できない	補充できない
GKへのパス	サッカー同様。味方競技者から足で蹴られたパスは、手で触れられない。手で触れると相手チームの間接FKとなる(一番近いPA平行ライン上から)となる。	味方競技者から足で蹴られたパスは、手で触れられない。手で触れると相手チームの間接FKとなる。
GKの違反	インプレー時、GKは自陣では手、足を問わず5秒間しかボールを保持できない。保持してから5秒経過すると相手チームに間接フリーキックが与えられる。PA内の場合は、一番近いPA平行ライン上から。PA外はその地点から。	GKが手でコントロールしたボールを離れた後は、相手競技者がボールに触れない限り再び手で触ることは出来ない。
秒数制限ルール	アウトオブプレー時のスローイン・ゴールクリアランス・コーナースロー・フリーキックは5秒以内に行わないと相手ボールとなる。	GKの手による保持：6秒ルール
	スローイン→相手のスローイン	
	ゴールクリアランス→相手の間接フリーキック	
	※一番近いPA平行ライン上から	
	コーナースロー→相手のスローイン	
試合時間内シュートアウト	フリーキック→相手の間接フリーキック	なし
	あり	
	・キッカーは相手陣内のスタートライン上に、GKはゴールライン上に位置し、笛の合図とともにスタート。GKは前に出てよい。	
	・キッカーとGK以外は、両チームとも反対側のスタートラインに位置し、笛の合図とともに走り出してよい。	
	・攻撃側は5秒以内にゴールを決めると得点となる。 ★5秒制限ルール	
	・キッカーはパスを出すこともできる。	
	・攻撃が5秒過ぎた場合、シュートアウトは終了⇒GKからのゴールクリアランスで再開。	
	・攻撃側のシュートが枠を外す(シュートアウト終了)⇒GKからのゴールクリアランスで再開。	
	・GKがコート外にクリア(シュートアウト終了)⇒相手コーナースロー、スローインで再開。	
	・GKがキャッチした場合(シュートアウト終了)⇒プレーを続行。攻撃側の5秒制限ルールは解除。	
	・GKのクリアや触れたボールが味方DFへつながる(シュートアウト終了)⇒プレー続行。攻撃側の5秒制限ルールは解除。	
	・GKのクリアや触れたボールがキッカーや攻撃側FPへ渡る(シュートアウト終了)⇒プレー続行。攻撃側の5秒制限ルールは解除。	
	・GKがPA内で反則⇒GKは警告または退場、PKとなる。	
	・GKがPA外で反則⇒GKは退場、再度シュートアウトとなる。	
	・DFがPA内で反則⇒警告または退場、PKとなる。	
※新ルール 試合引分け時のシュートアウト	・DFがPA外で反則⇒警告または退場、再度シュートアウトとなる。	
	※スタートラインとは、キックオフ時に相手チームが離れる5mの位置にあるライン	
	・引き分け時は、サドンデス(1人目から)形式のシュートアウトを行う。シュートアウト勝ち時は勝ち点2、負け時は勝ち点1となる。	
	・キッカーはシュートアウトが行われる側のスタートライン上に、GKはゴールライン上に位置し、笛の合図とともにスタート。GKは前に出てよい。	
	・キッカーとGK以外は、両チームとも反対側のスタートラインに待機する。プレーに関与することはできない。	
	・攻撃側は5秒以内にゴールを決めると、シュートアウト成功となる。 ★5秒制限ルール	
	・攻撃が5秒過ぎた場合、シュートアウト失敗となる。	
	・攻撃側のシュートが枠を外す(攻撃側のシュートアウト失敗)	
	・GKがコート外にクリア(攻撃側のシュートアウト失敗)	
	・GKがキャッチした場合(攻撃側のシュートアウト失敗)	
※新ルール適用	・GKのクリアや触れたボールがキッカーへ渡る。5秒以内まで続行。5秒過ぎた場合はシュートアウト失敗。	
	・GKがPA内で反則⇒GKは警告または退場、シュートアウトをやり直しする。	
	・GKがPA外で反則⇒GKは退場、シュートアウトをやり直しする。	
	・コーナースロー時：スローワーの片足はゴールラインと平行に、もう一方の片足は、タッチラインと平行に、ライン外側に配置する。 →違反時は、相手スローインとなる。 ・警告を受けた選手は、直後に控え選手と交代をし、2分間の出場停止となる。2分後に、審判の許可を得て、再入場可となる。 ※控え選手がいない場合でも、2分間の出場停止となる。	