

2019年ラグビーワールドカップ普及啓発事業  
「放課後ラグビープログラムモデル事業」 平成27年度実施報告

**I：実施概要**

(1) 事業主旨

- ①2019年ラグビーワールドカップ日本開催の決定、2016年リオデジャネイロから男女とも7人制ラグビーが正式採用されたことを受け、日本のラグビー競技についての普及・競技力向上が必要とされる。
- ②競技者増加のための環境整備として、平日・放課後での中学生等のラグビー活動参加機会の創設に取り組む。  
(タグラグビー⇒ラグビーへの移行)
- ③普及促進のための人材確保として、トップアスリートや選手OB人材の活用を行い、「人材の好循環」や「スポーツNPO育成」といった、スポーツの連携・協働にも取り組む。

(2) 事業概要

平日の放課後もラグビーが出来る環境を整備し、中学生等の競技者の拡大を図る。  
またタグラグビーを経験した小学生が、ラグビーへ移行するための受け皿になること目指す。

(3) 事業目的

- ・ラグビースクール経験者が中学でもラグビーに触れることが出来る機会づくり
- ・週末のみの練習となるジュニアスクール選手の機会づくり
- ・ほかのスポーツに取り組む中学生のラグビーに触れる機会づくり
- ・試合や大会出場を目的としない「スポーツ参加」を希望する中学生の運動機会づくり
- ・所属ジュニアスクール以外の指導者から教わる技術指導や楽しみ方の創出

(4) 対象

中学生を対象とした「放課後ラグビー」モデル作り

(5) 方法

平日開催のラグビー教室を新設し、平日放課後とした参加者を募り環境整備に向けたモデルクラブを試験的運営する。

(6) 要件

- ・(公財) 日本ラグビー協会よりモデル地域を策定し拠点校指定
- ・(公財) 日本ラグビー協会より指導プログラム、コーチを認定
- ・拠点校に管理者、指導者を配置(委託)

(7) 実施期間

**【東京世田谷クラス】**

2015年10月～12月(全12回10月1日・8日・15日・22日・29日 11月5日・12日・19日・26日  
12月3日・10日・17日)

**【東京町田クラス】**

2015年9月～12月（全12回 9月8日・15日・29日 10月 6日・13日・20日・27日 11月10日・17日・24日 12月1日・8日）

**【埼玉クラス】**

2015年9月～2015年11月（全12回 9月11日・18日・25日 10月2日・9日・16日・23日・30日 11月6日・13日・20日・27日）

**【群馬クラス】**

2015年10月～2016年1月（全11回10月5日・19日・26日 11月2日・9日・16日・30日 12月7日・14日・21日 1月・25日）

**【静岡クラス】**

2015年10月～2015年12月（全12回10月5日・19日・26日 11月2日・9日・16日・30日 12月7日・14日・21日 1月18日・25日）

**【滋賀クラス】**

2015年9月～2015年12月（全12回9月14日・21日 10月5日・19日・26日 11月2日・9日・16日・30日 12月7日・14日・21日）

**【大阪クラス】**

2014年11月～2016年2月（全12回10月6日・13日・20日・27日 11月2日・9日・16日・24日・30日 12月1日・8日・15日）

**【福岡クラス】**

2015年9月～2015年11月（全12回9月11日・18日・25日 10月2日・9日・16日・23日・30日 11月6日・13日・20日・27日）

**【大分クラス】**

2015年10月～2015年12月（全12回 10月2日・9日・16日・23日・30日 11月6日・13日・20日・27日 12月4日・11日・18日）

**（8）実施場所**

**【東京世田谷クラス】** 世田谷区リコー総合グラウンド ※東京都世田谷区宇奈根 1-5-1

**【東京町田クラス】** キヤノンスポーツパーク ※東京都町田市小野路町5290番地1

**【埼玉クラス】** 立正大学ラグビー部ラグビー場 ※〒360-0161埼玉県熊谷市万吉1700

**【群馬クラス】** 菊地サッカー・ラグビー場 ※群馬県高崎市菊地町715

**【静岡クラス】** 静岡高校グラウンド※静岡県静岡市葵区長谷町66番地

**【滋賀クラス】** 布引グリーンスタジアム・布引運動公園陸上競技場 ※〒527-0067 東近江市芝原町1503番地

**【大阪クラス】** 東大阪市花園ラグビー場 ※東大阪市松原南 1-1-1

**【福岡クラス】** 福岡大学ラグビー場 ※福岡市城南区西片江1-11

**【大分クラス】** 日本文理大学ラグビー場 ※大分県大分市一本1727

**（9）事業形態**

事業の主催者は（公財）日本ラグビーフットボール協会が行う。

一部、管理業務・指導者派遣等を再委託を行う。

**Ⅱ：実施結果**

**（1）参加人数**

【東京世田谷クラス】 34人（男24人、女0人）

【東京町田クラス】 28人（男26人、女2人）

【埼玉クラス】 31人（男28人、女3人）

【群馬クラス】 31人（男29人、女2人）

【静岡クラス】 24人（男23人、女1人）

【滋賀クラス】 11人（男11人、女0人）

【大阪クラス】 29人（男17人、女12人）

【福岡クラス】 32人（男31人、女0人）

【大分クラス】 32人（男30人、女2人）

(2) 実施回数 全12回実施

(3) 最終意識調査結果

第12回に参加者アンケート配布 集計結果別紙参照

(4) 実施レポート

放課後ラグビープログラム 特設ホームページ参照

<http://www.houkagorugby.info/>

### Ⅲ: コーチ紹介

#### 【東京世田谷クラス】

メインコーチ 武川 正敏（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会トップコーチ資格取得中、World Rugby レベル1, 2, リコーブラックラムズBKコーチ）アシスタントコーチ 後藤 崇志, 森谷 和博（リコーブラックラムズスタッフ）

#### 【東京町田クラス】

メインコーチ 小畑 江至（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格, World Rugby エデュケーター, 日本協会リソースコーチ）アシスタントコーチ 瓜生 靖治（元日本代表, キヤノンイーグルススタッフ）

#### 【埼玉クラス】

メインコーチ 太田 正則（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格, 元日本代表S&Cコーチ）アシスタントコーチ 祝田 康彦（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格）

#### 【群馬クラス】

メインコーチ 三宅 敬（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会トップコーチ資格取得中, World Rugby レベル1, 2, 元日本代表）アシスタントコーチ 石橋 昇（高崎経済大学ラグビー部BKコーチ）

#### 【静岡クラス】

メインコーチ 村上 勇（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格）アシスタントコーチ 奥村 祥平（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格, オーストラリアコーチングライセンス レベルⅡ）

#### 【滋賀クラス】

メインコーチ 向山 昌利（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ, 元日本代表）アシスタントコーチ 西山 栄二（NPO法人 東近江スポーツクラブ楽苦備代表理事）

【大阪クラス】

メインコーチ 南條 賢太（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ, World Rugbyレベル1, 2）アシスタントコーチ 竹田 良信（Hanazono athlete academy コーチ）射手矢なずき（樟蔭東学園女子ラグビー部 コーチ）

【福岡クラス】

総括 村上 純（日本ラグビーフットボール協会強化コーチ, World Rugbyコーチングエデュケーター）アシスタントコーチ：鶴丸 誠（福岡大学ラグビー部監督）西浦 達吉（元日本代表, コカ・コーラレッドスパークスアンバサダー・福岡大学ラグビー部コーチ）築城 康拓（福岡大学ラグビー部, コーチ・コカ・コーラウエスト）

【大分クラス】

メインコーチ 岩崎 伸吾（指導者資格：日本ラグビーフットボール協会育成コーチ, 一木ラグビーアカデミー代表）アシスタントコーチ 永野裕士（日本文理大学ラグビー部監督）

IV. 総括報告

【東京世田谷クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	リコーグラウンドで、最高の環境を提供できました。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	近隣に世田谷、田園、麻生、グリーンなど複数のラグビースクールがあります。公立中学は唯一ラグビー部がある千歳中があります。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	株式会社リコーのグラウンドです。借用は社内規定にそって手続き。リコーラグビー部の練習時間外で設定。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	ラグビーをプレイするためのベーシックスキルをゲームに近い状況の中で一つでも多く習得してもらおう。 例： ・キャッチ&パス：アーリーキャッチ、フォロースルー、前を見て状況判断する ・キッキング：ボールをコントロールする、足を固めて真直ぐ振りぬく、 ・タックル：相手に近づく、正しい姿勢を取る、正しいバインドをする、倒したらすぐ立ち上がる ・アタックのサポート：顔を上げターゲットを確認し、状況を判断する、正しい姿勢をとる
	1日のプログラム組み立ての考え方
	身体を鳴らしながら、振り返りを行い、当日のテーマに基づいた練習をプレッシャー、スピードを変えながら実施した。 例・ウォーミングアップ・前週の振り返り・基本トレーニング・ゲームライクトレーニング・フィジカルトレーニング・クールダウン
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	・テーマに基づいたキーファクターを用いて選手が理解しやすいように声掛けや問いかけを行

	<p>い、選手自身で気づきが起こるように配慮し、特にミスや間違っていた場合、次に何をしたら良いのかを聞くように心がけた。・全ての回にゲームや対戦するような状況を作り楽しみながらトレーニングできるようにトレーニングを組み立てた。・各練習項目で注意点を事前に確認させ、実際にやった後で出来たどうかの振り返りを行った。パスやキックの方法は統一したやり方を教えたが、2対1などプレー内で判断が必要となるものに関しては、パス出しを一定にせずいろいろな状況を作り出して考えながら動いてもらうようにした。アタック時の要点としては「ボールキャリアは空いているスペースに対して積極的攻める」を全体12回の教室を通して徹底するように声かけをした。</p>
感想・印象	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
今後の展望	<p>競技を始めて半年～12年等、様々なレベルの選手が集まった。能力的にも様々な個性が集まっていた。競技経験年数や学年でスピードや力強さなどにばらつきがある。練習の学習度合いはそれらに関わらず意欲が高い生徒ほど早く覚える。</p>
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	とても楽しそうに練習してくれていたと思う。
	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	<p>最初は、レベルの違いがかなり見られたが、回数が進むに連れ競技歴の長い選手が本気になる場面も増えてきた。</p> <p>個々においてもボールを取る時の走るスピードが変わったり、問いかけた時にしっかりとキープファクターを理解してくれるようになった。</p>
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	<p>週1回という限られた中でしたが、皆の意欲や取り組みのお陰で素晴らしい成長を見ることが出来ました。私自身も色々試行錯誤しながらの中でたくさんの気づきや発見をすることが出来ました。参加してくれた生徒みんなの上達具合を感じる事が出来ました。天然芝のグラウンドだったり現役選手と一緒に練習できることはすごく貴重な体験だと思います。ここでの体験を生かしてもっとラグビーがうまくなるよう頑張ってください。また来年もチャンスがあれば一緒に成長しましょう。</p>
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	<p>成果や期待に関して、ラグビースクールや部活動では、コーチがやたら怒ったり勝負に拘ったりと選手の成長というところにフォーカスが当たっていないと感じます。そこをこのような楽しくラグビーをプレーできる環境を増やすことで高校などでもプレーを続ける子どもたちが増えるのではないかと思います。少しでもここでトレーニングして良かったと思えばラグビーを続けてくれる子供が増えると良いと思います。改善点として、もう少し暖かい時期、夕方が明るい時期にトレーニングをすることでパフォーマンスもテンションも上がってより、選手もやりやすいのではないかと感じました。参加者が30人を設定していましたが毎回20人程度しか集まっていないため、そこを見越して参加者を増やしてもいいかもしれません。要因としては個別の用事だったり、テスト期間と重なるためだとおもいます。</p>

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	キャノンスポーツパークの人工芝グラウンドを使用。男女別の更衣室付きのクラブハウスも完備。また、雨天時には会議室やジムの使用も可能な状況だった。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	近隣には多摩ラグビースクール、町田ラグビースクール、麻生ラグビースクールがある。また八王子や神奈川県内のラグビースクールも比較的近いので、色々なラグビースクールの生徒が多かった。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	瓜生アシスタントコーチから会社に連絡をいれ、川合さんと佐藤GMとの打ち合わせ時に使用許可を得る。その後の細かな使用方法などについては瓜生アシスタントコーチと管理会社と相談し進めていった。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	テクニックでは、動作作りを定着させるためにキーファクターをできるだけ使用し、シンプルに行いました。しっかりとした動作作りがスキルに活かせる様に毎回、最後にゲームをして、技術の定着を確認しました。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	ウォーミングアップからメインテーマに関連づけるように組立、その中にジュニア世代に必要なストレンクスなどを盛り込み、最後に必ずゲームをしました。
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	できるだけキーファクターを声にだし、定着をはかります。また振り返りを行い、そのときも答えをコーチ側が提示するのではなく、質問することによってプレイヤーが自ら整理し、答える事によって定着度の確認を行いました
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
	基本的には全員がラグビー経験者だったが競技レベルはバラバラだった。全体的にはレベルが高くスピードのある選手が多かった。ただ、基礎スキルのレベルが全体的に低い印象。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	反応が薄く、楽しんでいるのかと心配になることもあったが、毎日楽しみに来てくれていたように思う。12回という短い期間のなかでこちら側の伝えたい事を理解してもらう過程はすごく難しかったが、ラグビーを楽しむという事においては充実したプログラムを提供できたのではないかな。
	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	クラスが始まった当初は、暗示的な練習や質問形式により、自分の意見を表現する事に戸惑いが感じられましたが、回が進むにつれ、自分の意見、セッションを振替りができるようになりました。またキーファクターという言葉に関して耳慣れないことから戸惑いがありましたが、振替りの時など随所にキーファクターで振り返ったり、説明できる様になりました。
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ

ジ	東京町田クラスを通じて「判断」「自己表現」「振り返り」の大切さを感じ、さらに前進し、ラグビーを好きになってほしいと思います。
雑感	<p>中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&amp;改善点等</p> <p>コーチング資格を一層、多くの方に取得してもらって、多くの場所で週何回がラグビーを取り組む環境作りができるようになる必要を感じました。メインコーチのバックパックがとれるようにマンパワーの余力が必要だと思います。この度は放課後ラグビーという貴重な機会をいただいたことを大変光栄に思います。プレーヤーとしての成長著しい中学生という時期に、少しの期間でしたが関わることができて非常にうれしく思っています。これからはキャノンファミリーとしてキャノンの試合や練習を気軽に見に来ていただけると幸いです。これからどんどんと成長しもっとラグビーを楽しんでください。有難うございました。来年も是非お願いしますというリクエストをいただいた。また、中学生の部だけでなく、小学生・高校生ともっと幅広い年齢に広げてほしいという声もいただいた。地域にはこういった声が多くあるにも関わらず、その環境を作れていないという現実も改めて感じる事ができたプログラムだった。あと、開催時期ですが、試験の時期や気候などを考えるともう少し早い時期から行う事ができれば、実施する方ももっと余裕を持ってできると思います。</p>

#### 【埼玉クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	立正大学ラグビー場（人工芝）※立正大学熊谷キャンパス内 100m x 70m フルグラウンドを放課後ラグビーに使用させていただきましたが、時々ARUKAS KUMAGAYA（女子）と半面でシェアして使用した事もありました。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	普段は、①立正大学ラグビー部（男子/女子）②ARUKAS KUMAGAYA（女子）アカデミーがグラウンドを使用している。周辺には、熊谷ラグビー場にて熊谷ラグビースクールとジュニアアスリートアカデミーを行っている。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	基本的に立正大学ラグビー部の許可のみで借用可能
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	楽しくラグビーのファンダメンタルスキルとラグビー原則を学んでもらう
	1日のプログラム組み立ての考え方
	①アップ・・・筋温を上げながら、コーディネーションやランニングフォーム、レッグスピードを意識したアップを行った。TK レスリングドリルも積極的に取り入れました。
	②ファンダメンタルスキル・・・ドローパスをメインにストレートランとクイックハンズ（アーリーキャッチ&フォロースルー）にフォーカスして反復練習しました。
③コンタクトスキル・・・ボールキャリアーのボディーコントロールとボールプレゼンテーションに特化して指導しました。	
④ボールゲーム・・・タッチフット、タグ、サッカータッチ、ゲートタッチなど様々なボールゲー	

	<p>ムを行いました。</p> <p>⑤スクラム姿勢・・・この姿勢がスクラム、ラック、タックル、モールの強い姿勢に繋がるので、12回全て行いました。</p> <p>⑥クールダウン・・・スタティックストレッチをトレーニング後にしっかり行う習慣をつけさせました。</p> <p>⑦レビュー・・・その日のトレーニングの振り返りを必ず行いました。（解散前には、全員円陣で1, 2, 3!ファミリー!で解散しました。）</p>
	<p><b>教えるときに注意した点や指導テクニック</b></p> <p>埼玉クラスの選手達は、足の速い選手が多かったのですが、コミュニケーションに大きな問題があった為・・・特にコミュニケーションを大切に指導しました。</p> <p>指導の際は、上手くいかない時に必ず何が問題なのか?選手達に問いかけました。何が問題かを選手達に認識させて、どう改善するべきか?を考えてみんなの前で発言させました。この繰り返しで、考えてトレーニングする習慣をつけさせたいと考えて指導いたしました。</p>
感想・印象 今後の展望	<p><b>参加者の程度（競技レベル、運動能力等）</b></p> <p>中学3年生/2年生/女子/中学1年生の数名は、スピードがある選手が多かったのですが、コミュニケーションに問題があった。ボールゲームで個人技とスピードで勝負する選手ばかりでしたので、パスで相手を抜く事を重要視させながら積極的なコミュニケーションを取って貰いました。ラグビー未経験者はいませんでした。キャッチングスキルが著しく低い中学1年生/小学6年生が2~3名いた為、キックキャッチを反復して行いました。また、ランニングフォームが悪い選手も多かった為、ランニングフォーム指導も行いました。膝が上がらない選手が多かった為、ミニハードルを利用したランニングドリルをアップで積極的に取り入れました。</p>
	<p><b>参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）</b></p> <p>基本的に立正大学ラグビー部の許可のみで借用可能一所懸命に取り組んで貰えたと思いますが、やはりもっとコンタクトのトレーニングがやりたい様でした。ハンドダミーとタックルバックを活用したトレーニングは行いましたが、LIVEのコンタクトスキルを学びたいと言っていた選手が居ました。</p>
	<p><b>12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象</b></p> <p>特にファンダメンタルスキルの向上を感じられました。常に行ってきたドロースタートは、スピードやストレートラン、アーリキャッチが出来ない事とミスが多かったのですが、後半のセッションではスピードに乗ったドロースタートが出来るようになっていた事とハンドリングエラー少なくなりました。</p>
	<p><b>指導をした参加者へのメッセージ</b></p> <p>12回のセッションへのご参加有難うございました。皆さんと共に私自身も指導者として良い経験が出来ました。中学3年生の皆さんは、高校に行っても放課後ラグビーで学んだ事を生かして頑張ってください! 中学2年生~小学6年生の皆さんは、来年度も是非放課後ラグビーに参加してください!! 私自身も良いコーチングが出来る様に日々勉強、日々努力で頑張ります! お互いが成長した姿で、来年度また会いましょう!</p>
雑感	<p><b>中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&amp;改善点等</b></p> <p>時期的な希望として、春の暖かい時期(ラグビーシーズンに被らない時期)が好ましいと思います。</p>



	また、開始時間につきましても早めたほうが良いと感じました。中学では、他の習い事があれば中学の部活を休んで来て貰うことも出来ます。部活でトレーニングしてから放課後ラグビーに参加する子供たちは、くたくたに疲れ果てていて．．．オーバーワークになってしまっていると感じました。
--	--

【群馬クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制 等）
	人工芝1面でした。サッカーとの共有グラウンドなので、色分けをしながら様々なラインが描かれておりました。凄く引かかる人工芝だったので、下半身の疲労感はいつもよりあったのではないのでしょうか。駐車場は広く、照明も明るかったし、トイレや器具庫があるなど施設としては十分な環境でした。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動 等の有無）
	高崎ラグビークラブが一番近いチームではないでしょうか。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	高崎市のスポーツ課が窓口になって毎回担当の方が足を運んで下さり、お世話をして下さいました。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	コミュニケーション能力を自然に身に付けてもらうことを第一優先にしました。それと選手達と同じ目線になってコーチングし合えるか、つまりは練習を理解して取り組んでいるか、考えることが出来ているのかをターゲットにしておりました。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	ウォーミングアップ→ランニングサーキット→その日のテーマドリル2つ→テーマに沿ったルールのボールゲーム→振り返りの時間（1時間30分のパッケージ）
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	選手とコーチが意見を言い合える2wayの指導方法と、細かいプレーやプレーの準備を評価しておりました。
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力 等）
	全員が経験者なので、比較的高い位置からのスタートが切れました。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	始めはカテゴリーもチームも違う人同士の集まりだったので、選手達が馴染むまでに時間は少々かかりましたが、それもこちらが予定していたスケジュールで選手間のコミュニケーションも取れてきていたので、とても楽しそうに練習をしていた手ごたえはありました。
	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	スキル面で何がどう大きく変化したとは客観的には言えませんが、ラグビーに取り組む姿勢や、選手達が同じ目線でコーチングし合って練習をするという部分は大きく成長したと思います。そしてコーチの質問に対して積極的に答える姿勢も成長しておりました。

メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ 前年度の放課後ラグビーとはまた違った学びをさせてもらいました。みなさんに感謝申し上げます。閉会式でも言いましたが、練習や試合で正解を探すのは選手の役目で、我々コーチはそこまでの道のりを作ったり導くというサポートです。コーチの意見を待つのではなく、自分の思いをコーチに伝えて成長に繋げていくことを心がけてください。
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等 回を重ねるごとに認知度や期待度は高まっているのかなと感じております。子ども達に対して、平日にラグビーを、そして1日でも多くラグビーに関わる時間を増やす試みとしては今後も続けて頂きたいです。改善点に関しましては、出来る限り全会場が定員いっぱいになるような環境や、告知が出来ればなお良いのかなと素人ながらに感じました。

【静岡クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	静岡高校グラウンド（土） 静岡高校柔道場 静岡高校 体育館
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	静岡ラグビースクール、静岡聖光学院中学ラグビー部、井ノ宮北小タグラグビークラブ
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	静岡高校グラウンド、柔道場、体育館
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	ゲームを通じてラグビーの楽しさを知る
	1日のプログラム組み立ての考え方
	全てゲームの要素を加えながら最終的にラグビーに近い形（タッチラグビー、タグラグビー）で終わるように組立られている。
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	教えすぎないように、選手がどうすればうまくいくかを考えながら練習できるように指導した
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
	殆どが静岡ラグビースクールなどの経験者だが、競技レベルとしては高くない。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	6回目以降くらいから打ち解けて、雰囲気良く練習ができたと感じる
	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	最後にタッチラグビーのゲームを高校生と実施したが、ミスがほとんどなくて驚いた。したがって、ある程度、指導の効果があったように感じる
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	12回という短い間でしたが参加してくれてありがとうございました。楽しそうにラグビーをしている姿をみるのができてうれしく思います。これで終わることがなく、これからもラグビーを続け、楽しんでプレーしてもらえたらと思います。

雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	ラグビースクールなどラグビー経験者以外の子供に参加してもらえるように、宣伝方法を立案・実践したほうがよいと感じる。例えばテニスはお手頃なスポーツなので、チラシを配ればある程度の人数が集まるが、ラグビーは集まらない。実際にワールドカップ以降、参加者が増えると予想していたが、爆発的に参加者は増えなかった。また、聖光スクールという本校で主催する小学生対象のスクールに参加する9割の児童はラグビースクール所属の経験者だ。今までは、親や子供の口コミで広まってきたラグビーというスポーツがもっと身近で、参加しやすいスポーツになるように場所（芝生）・宣伝方法・指導方法を確立したいと思う。

【滋賀クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	指定管理者様のご協力もあり、雨天時であっても天然芝のグラウンドを使用できた。養生のため2回のみ土のグラウンドで実施となったが、大きさや照明など問題なく使用できた。また、シャワー付きロッカールームを利用できる点は利用者の利便性の向上に繋がると思われる。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	滋賀県南部と比較して、今回の実施はラグビーの普及が遅れている地域での開催となった。告知資料などを近隣小学校へ配布したものの、参加者数が定員まで達しなかった。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	昨年度の放課後ラグビープログラムの際から利用させていただいているので、すでに本プログラム趣旨を理解してくださっていた。しかし、事前にグラウンドの指定管理者に本交流の趣旨を改めて説明し、使用許可をスムーズに取れるように配慮した。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	参加者にはラグビー経験者がいたものの、スキルレベルは高いとはいえなかった。そのため、ラグビーボールを持って自由に走る楽しさを体験してもらうことを滋賀教室での目的とした。スキルに関する具体的なターゲットは、タッチフットを継続してプレーできるだけのキャチイパススキルの獲得であった。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	1. ウォーミングアップ、2. 体幹トレーニング、3. ビジョントレーニング、4. テクニック&スキルトレーニング、5. タッチフット
	教えるときに注意した点や指導テクニック
競技レベルが高いとはいえなかったため、スキルの習得よりもプレーする楽しさを体験してもらうことを重要視した。そのため細かいスキルについては指導しなかった。	
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
	競技レベルは高いとはいえないが、高い身体能力をもつ選手もいた。継続的にトレーニングを重ねれば、滋賀県代表を担う可能性を持つ選手もいた。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	滋賀教室の目的であった、ボールを持って自由に走る楽しさは体験してくれたと思う。しかし、プログラム前半の時期は、ミスが多くプレーが継続できなかったため、十分にプレーできず欲求不満

	をもっていた選手がいたかもしれない。
	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	初回の練習では、スローフォワードやオフサイドを理解できない選手が多かった。練習を重ねるに連れてルールへの理解が深まった。またスキルレベルも向上した。
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	みんなの熱心なプレーのおかげで、楽しくコーチングすることができました。ボールを持って自由に走ることができるラグビーをこれからも継続してプレーしてください。
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	ラグビーの発展のためには、これまでラグビーに関心をもっていない層を取り込む必要がある。そのため、ラグビーの普及が遅れた地域での重点的な放課後ラグビープログラムの実施が求められると考える。

### 【大阪クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	東大阪市花園ラグビー場（練習グラウンド）天然芝 近鉄ライナーズの用具一式
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	スクールや中学の部活でも比較的ラグビーは盛んであり、ラグビーが町に浸透している環境である。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	東大阪市へ南條氏の団体から借り入れ。減免処理。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	初心者は、タグラグビーやタッチフットができるレベルまでのスキル向上。経験者は、現在のラグビースキルを更に向上させること。基本プレイの徹底。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	ウォーミングアップからゲームや競争の意識を芽生えさせる。安全かつゲーム要素を増やし、楽しみながら運動量を確保する。スキル練習からゲーム練習へ移行し、最後に楽しさを体感できるようにする。
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	何事にも積極的に声を出し、コミュニケーションを図る。失敗しても良いからチャレンジすること。失敗から学ぶこと。素直に聞く態度など。
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
	1. ラグビー経験者が大半 2. 男女の割合が半々 3. 数名の未経験者で、総じて運動能力は高い参加者が多かった。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	毎回、円陣を組んで声かけからスタートしていることもあり、楽しそうにしている参加者が多かった。競争の意識を芽生えさせるためにゲームを多様したが、最初の頃男女で少し溝ができた。しかし、回を重ねるごとに溝はなくなった。

	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	基本プレーを反復したこともあり、パスやステップはとても成長した。特に未経験者の参加者は、最後には経験者と同じようにプレーできるレベルにまで到達していた。
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	これからもラグビーだけでなく、色々なことにチャレンジする姿勢を身に付けて下さい。失敗しても、失敗から学ぶべきことはたくさんあるので、まずやってみる、チャレンジすることが大切です。
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	今回、ライナーズの選手も参加し、トップリーグを身近に感じてもらえる良い機会であった。また、試合の応援に来て頂いたり、エスコートキッズを務めてもらった。継続して開催できるようなサポート体制（金銭面以外）をお願いします。

### 【福岡クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	福岡大学ラグビー場を使用した。人工芝でナイターもあり、とても良い環境であった。ある期間は、学生、クラブ（2つ）と本プログラムの受講生がグラウンドに存在し、100名以上が同時に練習をしている時もあった。
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	福岡大学は、福岡市城南区に位置し、中学校の部活動、スクールともに伝統校が存在する。受講生の全てが、ラグビー経験者であり、スクールに所属していた。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	本プログラム開催にあたって、学長の許可を得て、学生課、エクステンションセンターなどにも報告し、無料でグラウンドを使用した。
指導内容 (方針)	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	本プログラムの指導マニュアルを参考にし、プレーの原則、フィジカルトレーニング等について、毎回ターゲットを絞った指導を行った。しかし、コアバリューへの指導（品位、尊重、情熱、規律、約束）が全体のターゲットになっていたように思う。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	1. プレミーティング（挨拶、体調把握・管理、内容説明） 2. アップ 3. ハンドリングテクニック 4. ハンドリングスキル 5. コンタクト（体幹トレーニングも含む） 6. ゲーム 7. ダウン 8. アフターミーティング（全員でハイタッチ）
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	毎回のプログラムを指導者間で共有し、焦点を絞れるようにした。どの受講生もラグビー経験は豊富で、チャレンジさせるテクニック、スキルも取り入れた。指導者の中に、トップリーグを引退したばかりの者もいて、トップレベルのテクニックなどを見せたりすることもあった。どのプログラムも積極的にチャレンジさせた。
感想・印	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）

象 今後の展望	全員、ラグビー経験者で試合経験もあり、運動能力も高かった。中学生では、ポジションが決まっていることもあり、FW、BK の特徴がでていた。
	参加者の様子 (主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等)
	毎回、アフターミーティングでは、まだやりたいという感想を多く聞いた。最後のゲームの時間が少なくなってしまうことがあり、その回は特に・・・ 毎回、楽しく取り組んでいたと思われる。
	12 回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	プログラム開催中に、ラグビー界の歴史的勝利があり、受講生たちも誇らしげにラグビーに取り組むように感じた。その分、上手くなりたいとか、強くなりたいということが先走り、コアバリューの規律や約束を守れなくなる受講生もいた。全体的にはゲームの中でスキルが発揮できるようになってきたと思うし、ラグビーの理解度は高まっていたと考えられる。
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	2015 年のラグビー界では、日本ラグビーの誇りが世界に認められた年でありました。その瞬間に、ラグビーに取り組んでいることは、偶然ではなく必然だと思えます。2019 年ラグビーワールドカップ日本開催、そしてその後の日本ラグビー界を盛り上げていく存在になって欲しいと思えます。ラグビーの持つ魅力をまわりの友達にもしっかり説明できるように、日々、ラグビーに真剣に、楽しく、挑戦してください。何年後かな・・・福岡大学で待っています(笑)！
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	特に現状のシステムで問題はないと思えます。2015 年の日本代表の活躍を機に、本プログラムも多くの受講生が参加することを望みます。受講生のレベル(中学生、小学生)をどのように分けるか、募集等の問題もあると思えますが・・・今後もよろしくお願ひします。

### 【大分クラス】

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件 (大きさ、特徴、サポート体制 等)
	日本文理大学ラグビー場(天然芝1面)、サブグラウンド(天然芝半面)、スクラムスペース(天然芝半面弱)、ナイター施設、日本文理大学ラグビー部ジュニア育成部門(学生6名~8名)サポートあり
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境 (スクール、部活動 等の有無)
	専用グラウンドにつき、並行活動なし
	グラウンド確保の借用方法 (手続き、借用方法の流れ)
	大学への事前申請(ラグビー部活動の一環として対応の為使用料は無料)
指導内容 (方針)	12 回の教室からの指導のターゲット (目標)
	放課後ラグビー教室を通じて、①ラグビーを知る、②ラグビーを楽しむ、③失敗を恐れず、物事に真剣に全力で取り組む、④クラスメイトとの友好関係の構築、⑤感謝
	1 日のプログラム組み立ての考え方
	①チームミーティング(初回から慣れるまでは、出欠確認で参加者の顔と名前を一致させつつ、表情や返事からその日の体調や調子を確認。後半は出来るだけミーティングの時間を短くし、トレーニングメニューとポイントを話すようにした)②ウォームアップ(初回から数回は、鬼ごっこやチー

	<p>ムワークドリルを行い、遊びの延長で生徒同士が顔見知りになるよう配慮。中盤からは生徒の要望を取り入れ、大学生と共に個人スキルを行う機会とした。その後、ラダーやハードルなどを使ってアジリティー等の神経系伝達ドリルを入れたウォームアップに移行。終盤は、アジリティードリルにハンドリングや状況判断スキルを導入。間にダイナミックストレッチを行った。)③スキル(基本的には、前回に行ったスキルドリルを思い出すような復習ドリルを実施。その後、発展系として新しいスキルトレーニングを行い、最終的には、ゲーム要素の強いスキルに移行)④コアセッション(クールダウンの前にコアトレーニングを実施。メニューの紹介も含め、自体重で体幹トレーニングを行う大切さを知ってもらった)⑤クールダウン(当日練習で使用した部位を中心に、スタティックストレッチでダウンする意識を持ってもらうよう心掛けた)</p>
	<p>教えるときに注意した点や指導テクニック</p>
	<p>①スキルポイントを繰り返し問答した。②成功した場合だけでなく、少しでもチャレンジする意識が見られたら失敗しても褒めるようにした。③理解度と達成状況に注視し、難しいと判断した場合は、ひとつ前のドリルに戻るようにした。④全てのスキルセッションで、スロー、ジョグ、トップの3段階で実施。トップでできないと判断したら、ジョグやスローでの反復に戻しながらスキル習得を行ってもらったようにした。⑤前を見る(敵を見る)事と、横を見る(見方を見る)事を言い続け、状況判断、オプション選択、コーリングを行うよう指導した。⑥ゲーム的なスキルトレーニングの際には、指導者側が指示や評価を出しすぎず、休憩中に選手達で話し合いを行い、改善点や修正点を見つけて実行に移すよう促した。(コーチ陣は指示を出しすぎない事)⑦セッション終了後、数名の選手と話をし、練習の意図やポイントを理解しているか?また、個人的な悩みはないか?などを確認し、アドバイスを送るよう心掛けた。</p>
<p>感想・印象 今後の展望</p>	<p>参加者の程度 (競技レベル、運動能力 等)</p>
	<p>大分クラスでは、2名を除いてスクール経験者ばかりでした。初心者2名は、回数を重ねるごとにパスやランなどが成長し、最終的にはタッチゲームでもトライをするなど活躍していました。経験者は、身体能力には差があるものの、競技レベルは向上したと思います。特に、前を見る力と状況判断、パススキルは向上したと思います。タッチゲームなどでスペースを見つけランやパスをしてトライする機会が増え、意図的に数的有利な状況を作り出そうとするアクション、コミュニケーションも見られるようになりました。学年関係なく、競技能力でチーム分けなどを行なえば良かったですが、各人のプライドに配慮して学年毎としました。</p>
	<p>参加者の様子 (主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等)</p>
	<p>正直、参加者たちの表情からは楽しいのか?楽しくないのか?充実しているのかどうか?を読み取る事に苦労しました。良い返事はしてくれますが、理解してくれているかどうか?の部分です。ただ、ポイントを確認する際の間答では、積極的に意見を言ってくれる選手は多かったのもので、そういう事を確認しながら行っていました。アンケートの内容、結果を頂き、更なる改善を行う所存です。</p>
	<p>12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象</p>
	<p>大分クラスでの目標であった、①ラグビーを知る、②ラグビーを楽しむ、③失敗を恐れず、物事に真剣に全力で取り組む、④クラスメイトとの友好関係の構築、⑤感謝は一応の成果を達成したと思います。その上で、ラグビーのスキルも向上して貰えたのではないかと。最終回、ゲーム形式で少し負荷の高いドリルを行いました。きついけど楽しいと言われたことや、疲れたけどまだやりたい!と言われたことで、少しはラグビーの本当の楽しさを知ってもらえたのではない</p>

	<p>か?と思います。終盤は、色々とルールを変えながらタッチゲームを行ってもらい、チーム戦略や課題解決を行ってもらうようにしました。指導者には、色々と口出ししたり、言いたいこともたくさんあり、大声で指示をしたかったと思いますが、我慢してもらいました。選手の成長、自主的な発想を大切にできたことで、変化するルールにも柔軟に対応し、攻略しようと知恵を絞りコミュニケーションを取り合う選手たちの姿を目にできたことは、我々指導者にとっても大きな収穫でした。もっとフルコンタクトでタックルやジャッカルなどのスキル教えて欲しいという要望が多かったです。</p>
メッセージ	<p><b>指導をした参加者へのメッセージ</b></p> <p>今回の放課後ラグビー教室は、指導者として参加させてもらいましたが、実は、我々指導者が皆さんから沢山の事を学ばせてもらう機会でした。皆さんの積極的で前向きな取り組み姿勢や、それに乗じて向上するスキルレベルを目の当たりにし、改めてジュニアレベルの大きな可能性を感じました。この年代でのスキルと広い視野での状況判断能力の育成は大切です。同時に、ラグビーを理解し、ルールを理解する事で、プレーの幅が広がる事も体感できれば、優秀なラグビー選手、フットボーラーになれると思います。体力は、自体重のコアトレーニングを推奨します。筋力トレーニングやフィットネストレーニングは、もう少し後でも十分に身に付きます。今回、最後の方で行ったタッチゲームはかなり走るゲームですが、誰一人リタイアすることなく最後までゲームを楽しんでくれました。ラグビーで楽しむという事は、実は身体的に辛いときや、厳しい状況から逃げ出さずに楽しんでプレーできるタフさが身についているかどうか?です。そういう苦境を楽しめるようになれば、きっともっとラグビーが楽しくなると思います。皆さんにはその素質が十分にある事を我々は感じています。最後に、毎回、寒い中皆さんを送迎してグラウンドで待っていて下さった保護者の皆さんへの感謝を忘れないように、人間としても成長してください。3か月間、本当にありがとうございました。</p>
雑感	<p><b>中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&amp;改善点等</b></p> <p>ラグビー普及という意味では、非常に大きな期待ができ、また成果も得られる活動だと思います。文科省の取り組みという事で、県教委などの協力も頂きました。実施する機会が増えれば、もっと沢山の生徒さん達に体験する機会を提供できると思います。コスト的には、指導者の謝金は不要だと思います。交通費程度で十分です。その分、施設使用料や用具購入等へ回していただければ、天然芝や人工芝、ナイター施設での実施が可能になるのではないのでしょうか?また、文科省経由で各自治体と地方協会であれば、更に拡充が可能かと思います(事務局負担の軽減)。受講者レベルの分けをすることで、もっと広い年代に提供できるプログラムになればと感じています。(例、小学1年生～中学3年生) 細かい指導マニュアルの作成や指導者講習会、意見交換会、スクール指導者との合同指導機会などが得られれば、コーチングレベルの平準化が図れるのではないのでしょうか?今回、初めてジュニアレベルの指導を行わせて頂きましたが、シニアレベルでも通用する新たな発見が沢山出来ました。このような機会を与えて頂き、心より感謝いたします。</p>