

平成 24 年度文部科学省 委託事業

「放課後ラグビープログラム モデル事業」(モデルづくり事業)

事業報告 (中間報告)

第 1 回～第 6 回教室より (全 12 回)

-報告目次-

1. 実施概要
2. 事業概要
3. 事業の目的
4. モデル教室概要
 - 1) 指導の目的
 - 2) 指導の内容
 - 3) 指導の方針
 - 4) 指導の評価の基準 (参考)
 - 5) その他
5. 参加者中間意識調査 抜粋 (第 6 回目教室にて実施)
6. 放課後ラグビー教室の開設モデル
 - 1) 教室開設準備～運営のスケジュールモデル
 - 2) 教室の指導スケジュール・プログラムモデル
 - 3) 運用事例集
7. 参考資料
 - 1) アンケート結果
 - 2) 指導日誌 (第 1 回～第 6 回)

平成 25 年 2 月 15 日作成

(財) 日本ラグビーフットボール協会

普及競技力向上部門

1. 実施概要

1. 事業の趣旨

2019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。

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)

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. 事業の概要

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も目指す。

事業名称：「放課後ラグビープログラム モデル事業」(モデルづくり事業)

事業主催：文部科学省 スポーツ・青少年局競技スポーツ課

対象：中学生を対象とした「放課後ラグビー」モデル作り

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。

要件：・ラグビー協会よりモデル地域を策定し拠点校指定
・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)

期間：平成24年1月～3月末(全12回 1/18, 24, 25, 2/1, 7, 8, 14, 21, 28, 3/7, 14, 21)

場所：ミズノフットサルプラザ藤沢 人工芝フットサルコート(神奈川県藤沢市村岡東1-5-8)

事業形態：事業の主催者は(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。

3. 事業の目的

放課後ラグビー教室は、以下のような要件を満たす第3の中学生ラグビーの参加機会を目的とする。

- ・ラグビースクール経験者が中学生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
- ・いろいろ指導者からラグビーを教わる機会の創出

4. モデル教室 概要

1) 指導の目的

- 当プログラムの参加者は、それぞれの所属チームにおいて週末はチーム活動（練習）を行っている者が多いと思われる。それぞれの所属チームにおいては、スケジュールや練習時間の都合上、ラグビーにおけるすべての局面に対応したトレーニングを網羅することは事実上難しいため、当プログラムが、平日の放課後にトレーニング機会を提供することで、それらを補完するものとなることを、第一の目的と考える。
- 普段はともにトレーニングする機会のない、他チームの者同士、また、他学年の者同士が共に学ぶ中で、ラグビープレイヤーとして必要な人間性の成長を図る。また、新たな人間関係を築き、今後のラグビーライフがより豊かになることを期待し、その手助けをする。
- 日本協会の方針に則った指導を行うことで、参加者には新鮮、かつ有用なトレーニング機会を提供し、ラグビーへの興味・関心、継続の意欲や向上心をさらに喚起することを目的とする。
- 指導者は、各個人のレベルや成長段階に対応した個別のアプローチを行うことで、個別の課題へ取り組むことを目的とする。

2) 指導の内容

- フィジカルトレーニング（年代別の特徴に即した体作り）
- スキル、テクニクトレーニング（チーム活動ではないので、戦略・戦術の指導は行わない）
- 献身的なプレイヤーとなる為の人間性の指導（ラグビー憲章 「品位」「尊重」「情熱」「規律」「結束」）

3) 指導の方針

- 生徒たちが、臆することなく自分の考えたプレーをトライ&エラーできる環境を与える。
- 生徒一人一人の安全と健康を第一に考える。（トレーニングメニューの工夫や、怪我が起きた時の迅速な対応。緊急時対応のため、現場には2名以上のスタッフが必要）
- 生徒それぞれの所属チームにそれぞれの方針があることを考慮し、戦術・戦略等に関わる分野に踏み込むことは慎重に判断することとし、個々の基礎体力、基礎技術の向上を目指すことを主とする。
- 指導者－生徒間の信頼関係の構築を指導の基盤とする。
- 生徒一人一人の特性・個性を捉え、それぞれに合わせた個別の対応に努める。
- 生徒それぞれが、興味を持って、内発的なモチベーションによってトレーニングに参加できるようにレッスンを工夫する。
- 生徒同士の円滑なコミュニケーション、人間関係づくりを支援する。

4) 指導の評価の基準（参考）

- 生徒たちは内発的なモチベーションによって各トレーニングに取り組んでいたか。
- 終了時、生徒たちは時間が経つのを早いと感じたり、もっとやりたいと感じているように見えたか。
- 生徒それぞれにフィジカル、スキル、テクニク等の向上が見られたか。
- 生徒たちが、自分と異なる他者（他チーム）を受け入れ、集団として活動する上での規律の大切を理解し、それを実践できていたか。
- 指導者－生徒間で、気軽に自分のプレーの悩みなどを相談できる人間関係を構築できているか。

5) その他

- 生徒たちの主体となる場所は所属チームであり、怪我等で所属チームの練習や、試合に参加できないことがないように、最善の注意を払う。
- 地域スクールや学校のクラブとの良好な関係性の構築を目指す。
- 放課後プログラムの指導者が、生徒たちの前で地域スクールの指導方法や戦略、戦術を批判したりすることは断じてならない。なぜならば、それによって混乱するのは生徒たちであるからである。
- 指導に際して、地域スクールと、放課後プログラムの指導で相違がある場合は、地域スクールの指導を否定するのではなく、両方の手段を持ち得ることが、生徒たちの将来にとっては有益であることを伝え、生徒たちが混乱しないような言葉がけをする。
- チーム活動のある地域スクールでは、試合もあり、戦略・戦術の中でプレーの縛りがある場合もある。生徒たちには、所属チームの戦略・戦術の中で、放課後プログラムで身につけたテクニックやスキルを発揮することの重要性を理解させる。

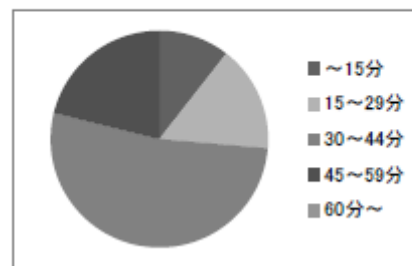
5. 参加者中間意識調査 (第6回目教室にて実施)

参加者アンケート「生徒」 (対象14人)

【Ⅰ：通学時間】

平均 25.2分

| ～15分 | 15～29分 | 30～44分 | 45～59分 | 60分～ |
|------|--------|--------|--------|------|
| 2 | 3 | 10 | 4 | 0 |



【Ⅱ：質問】

① 放課後ラグビー教室の運動量は満足できる内容でしたか？

主な理由

《大変満足》

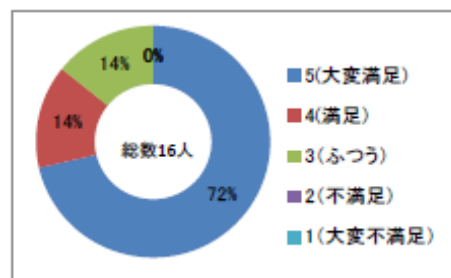
- ・タッチフットなど運動量の多いメニューがあるため。
- ・走ることが多く、スタミナがつきそうのため。

《満足》

- ・つらくない、待ち時間で体力が回復する。
- ・練習時間中動き続けで、つらい。

《ふつう》

- ・練習の密度が濃いため。
- ・体力的にキツイメニューの量が程よい。

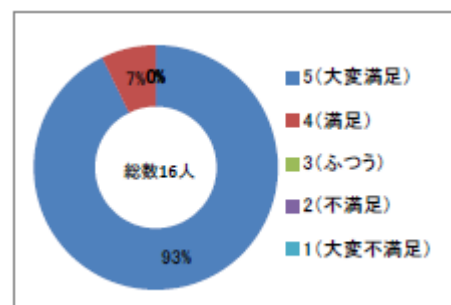


② 放課後ラグビー教室で教わる内容は満足できる内容でしたか？

主な理由

《大変満足》

- ・基礎や細かい部分まで教えてくれるため。
- ・苦手なこと、出来なかったことを教わるため。
- ・世界基準のことを教えてくれるため。



③ 放課後ラグビー教室に通ってラグビーに対する考え方はどのようになりましたか？

主な理由

《大好き》

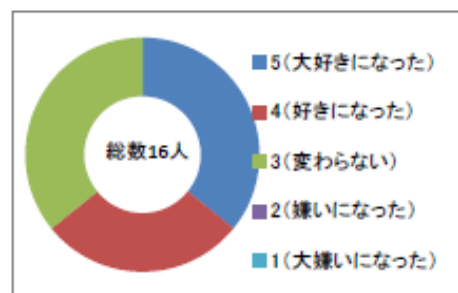
- ・自分が上達したため。
- ・ラグビーをする機会が増えたため。
- ・友人が増えたため。

《好き》

- ・上達してより好きになった。
- ・スクールの練習より面白くて楽しい。
- ・想像以上におもしろい。

《変わらない》

- ・好きというよりもっと強くなりたい。
- ・もともと好きだから。
- ・スクールもラグビーパークも好きだから。



④ 放課後ラグビー教室に参加して以前よりラグビーが上達したと思いますか？

主な理由

《とてもそう思う》

- ・苦手を克服できたため。
- ・スキルが上達したため。
- ・練習に対する意識が向上したため。

《そう思う》

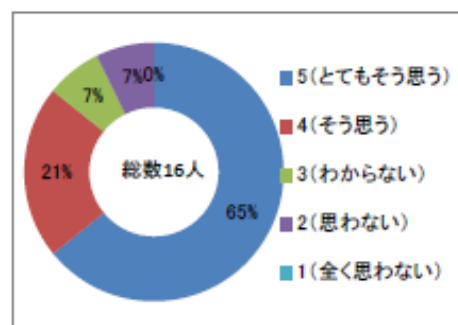
- ・新しいことを教わったため。
- ・考え方が少しかわったため。

《わからない》

- ・まだよくわからない。

《思わない》

- ・これから上達すると思う。



⑤ 放課後ラグビー教室に参加した目的は何ですか？

主な理由

- ・ラグビーをやりたいかったため。
- ・ラグビーのスキル向上のため。
- ・ラグビーパークに参加していたため。

⑥ 普段と違う学年やチームの選手と一緒に練習することは、どのように感じますか？

主な理由

- ・とても刺激になる。
- ・コミュニケーションへの自発性が高まる。
- ・楽しい。 ・面白い。 ・特に意識していない。

参加者アンケート 保護者（対象14人）

① 放課後ラグビープログラムに求めることや、期待することは何ですか？

- ・今後も続けてほしい、同プログラムが広まること。
- ・中学生の部活動のようになること。
- ・学校とラグビーが両立できるかもしれない希望の場。
- ・週末以外の練習の場、子どもによりラグビーをさせてやれる場。
- ・ラグビースクールでは学ぶことが出来ないことを学ぶこと。
- ・低学年の教室も行ってほしい。
- ・学年、ラグビースクールを超えた友人との交流。
- ・ラグビーの認知拡大。

② 実際に参加してみた感想を教えてください。

- ・子ども達が楽しそう、生き生きしている。
- ・チーム、学年を超えた交流が子どもに良い影響を与えている。
- ・指導姿勢、指導内容ともにとてもよい。
- ・ラグビースキルが向上している。
- ・ラグビー競技人口増加や人気拡大につながると思う。

6. 放課後ラグビー教室の開設モデル

1) 教室開設準備～運営のスケジュールモデル

| 開設までの期間 | | 教室運営 作業項目 | | | |
|---------------|------------------------------------|---|-----------|-----------------|------------------|
| 準備期間 | 1か月半 | 教室開設概要決定 | 参加規約等の準備 | グラウンド内定 | HP用サーバー契約・ドメイン取得 |
| | | 教室事務局設置 | 開催場所の選定 | HP準備 | HPコーディング作業 |
| | | 12回の練習計画の作成 | グラウンド確保交渉 | HP用テキスト・レイアウト作成 | 備品の準備 |
| | 3週間 | 教室開設リリース(対外発表) HP公開 生徒募集(期間は3週間程度あることが理想) | | | |
| | | HP公開 | | | |
| | | 生徒募集開始(少なくとも3週間以上あることが望ましい) | | | |
| | 1週間 | 参加者確定 | | | |
| | | 参加者への連絡 | | | |
| | | 保険の手続き | | | |
| | 教室前日までに | 第1回の練習内容のコーチ間での打ち合わせ(プランニング) | | | |
| 第1回教室開校 | | | | | |
| 開催期間中 | 教室終了後 1週間 | トレーニングレポートの作成 | | コーチ | |
| | | トレーニングレポートのHPへの公開 | | 事務局 | |
| | | 新規加入者への対応【連絡・保険手続き】 | | 事務局 | |
| | | その他、問い合わせ対応 | | 事務局 | |
| | | JRFUへの報告書等の作成 | | 事務局 | |
| | 練習内容のプランニング～JRFUへの報告書までの流れを12回繰り返す | | | | |
| | 1か月ごと | グラウンド料金の支払い 謝金の支払い及び書類の作成 交通費の清算及び書類の作成 | | 事務局 | |
| 謝金の支払い・書類の作成 | | 事務局 | | | |
| 交通費の支払い・書類の作成 | | 事務局 | | | |

2) 教室の指導スケジュール・プログラムモデル

【教室モデル例】

- ・ 17時30分教室開始
- ・ 指導時間 120分

| | | |
|--------|---------------|-----------|
| 17時00分 | 教室受付準備 | コーチミーティング |
| 17時30分 | 指導開始 | |
| 17時30分 | ウォーミングアップ | 20分程度 |
| 17時50分 | ファンクショナルストレッチ | 20分程度 |
| 18時20分 | テクニク | 20分程度 |
| 18時40分 | スキル | 20分程度 |
| 19時00分 | ゲーム | 25分程度 |
| 19時25分 | クールダウン | 5分程度 |
| 19時30分 | 教室終了 | 1時間程度 |
| | 生徒の見送り | |
| | コーチミーティング | |
| 20時00分 | コーチ解散 | |

・ 指導スケジュールモデル

| | 【第1回】 |
|--------------------|--|
| 練習内容 | 1、ボディーキャリーレース 2、ファンクショナルストレッチ 3、ナンバー2対1 4、スペース2対1 5、リロード3対2 6、4対4タッチフット(ダウンVer.) 7、ストレッチ |
| ■ウォーミングアップ | アクティビティ スペース感覚 ランニングスキル ハンドリングスキル 各種テクニク・スキルの復習 |
| ■ストレッチ | ファンクショナルストレッチ |
| ■テクニク (毎回どれか一つ) | キャッチ&パス スピンパス クリアリングパス キック&ハイボールキャッチ ランニング(ステップ) コンタクト(タックル&ATボディコントロール) |
| ■スキル (状況判断が加わる) | 2対1各種 4対2各種 3対2各種 |
| ■ゲーム (タッチゲーム) | 3対3 4対4 5対5(模擬ラック) |

3) 運用事例集

| 会場施設の確保、交渉・調整業務 | | |
|--|---|--|
| ニーズの高い地域の分析 | ラグビースクール、学校のクラブ、タグラグビーの普及の程度等をもとに分析する | |
| 会場候補の情報収集 | それまでラグビーでは利用されていなかった施設等も候補として考え得る 継続利用の可能性(必須) ナイター設備(必須) 交通アクセス 施設概況(人工芝、屋根つきが望ましい/駐車場・更衣室・シャワー等) | |
| 交渉のための準備 | 資料や主催者による依頼書等 | |
| 会場との直接交渉 | 門前払いのケースも多いと思うが、閉ざされた門をこじ開けるという姿勢も時には必要 利用に関する条件やルール等の確認と交渉 スケジュール、継続利用、利用範囲、料金等 | |
| 契約の締結 | 予約や支払い方法、キャンセル時の取扱い等についても決める | |
| ※それまで何のつながりもなく、0からの交渉となる場合、ある程度時間がかかることを覚悟する。 特に、ラグビー利用経験のない施設の場合、現場だけでは答えが出ないので、さらに上の部署との交渉も必要となる。 | | |
| 告知・募集業務 | | |
| HP制作 | 開催地域によって、募集ターゲットがある程度変わると思われるので、ターゲットを意識したつくりを。 | |
| 地域での情報発信 | プログラムの後援や協力の状況によっては、各学校、ラグビースクール、行政などの持つ各媒体の利用を考える。 地域情報誌、新聞、雑誌、ラジオ、TVなども、コストをかけずに情報発信に利用できる可能性がある。 | |
| 申し込み受付・対応業務 | | |
| 申込受付 | コスト抑制を図るのであれば、申し込みはHPのみで受け付ける。申込者情報管理もしやすい。 申し込みを受け付けた旨、メールで返信。 ※2012年度プログラムの場合、初心者優先等の条件もあったため、募集締め切り後に再度、参加者決定の通知を送付した。 | |
| 参加者管理・相談窓口業務 | | |
| 参加者管理 | 申込時に届いた参加者情報を管理する一覧表を作成。 ※2012年度プログラムの場合、関係者が見やすいように、Googleドキュメントを利用してWEB上で共有した。 | |
| 相談窓口 | HP上の問い合わせフォーム、直接のメール、電話等に対応。 開校後は現場でコーチ陣も対応する。 | |
| 保険対応業務(スポーツ安全保険) | | |
| スポーツ安全保険 | 参加者確定後、加入必要者に対する加入手続きを行う。 ※2012年度プログラムの場合、運営法人の別プログラムによって事前に参加していた生徒は、その保険を適用できるため、除外した。 スポーツ安全保険はWEBで加入、管理ができる。 ①5名以上の氏名・生年月日をもとに団体会員登録 ②子どもの加入区分はA1(800円)、指導者はAC(1,300円)、1回の手続きにつき、3万円未満:135円、3万円以上:345円が必要。 ※2012年度プログラムの場合、運営法人の別プログラムによって事前に登録していた団体アカウントを利用した。 | |
| 施設賠償保険 | ※2012年度プログラムの場合、運営法人の別プログラムによって事前に参加している(1万円/年間)会場を利用したため、新規加入はなし。 | |
| その他、指導者に対する保険 | ※2012年度プログラムの場合、運営法人の別プログラムによって事前に参加している保険有り。 | |
| 問い合わせ窓口業務 | | |
| 問い合わせ対応 | HP上の問い合わせフォーム、直接のメール、電話等に対応。 | |
| 備品準備・管理業務 | | |
| 備品準備 | ラグビーボール4号球×20個(JRFU手配) 5号球2、3個、マーカーコーン、ビブス、コンタクトバッグ、救急箱等(2012年度プログラムの場合、運営法人の所有物を流用) | |
| 管理 | 各備品の管理、運搬 | |
| 専用電話番号開設・運用費用 | | |
| 問い合わせ用電話番号 | コスト抑制のため、転送電話を利用。 初期費用2980円。月額利用料998円(受信のみの場合) | |

＜JRFU 中学部門事業との連携＞

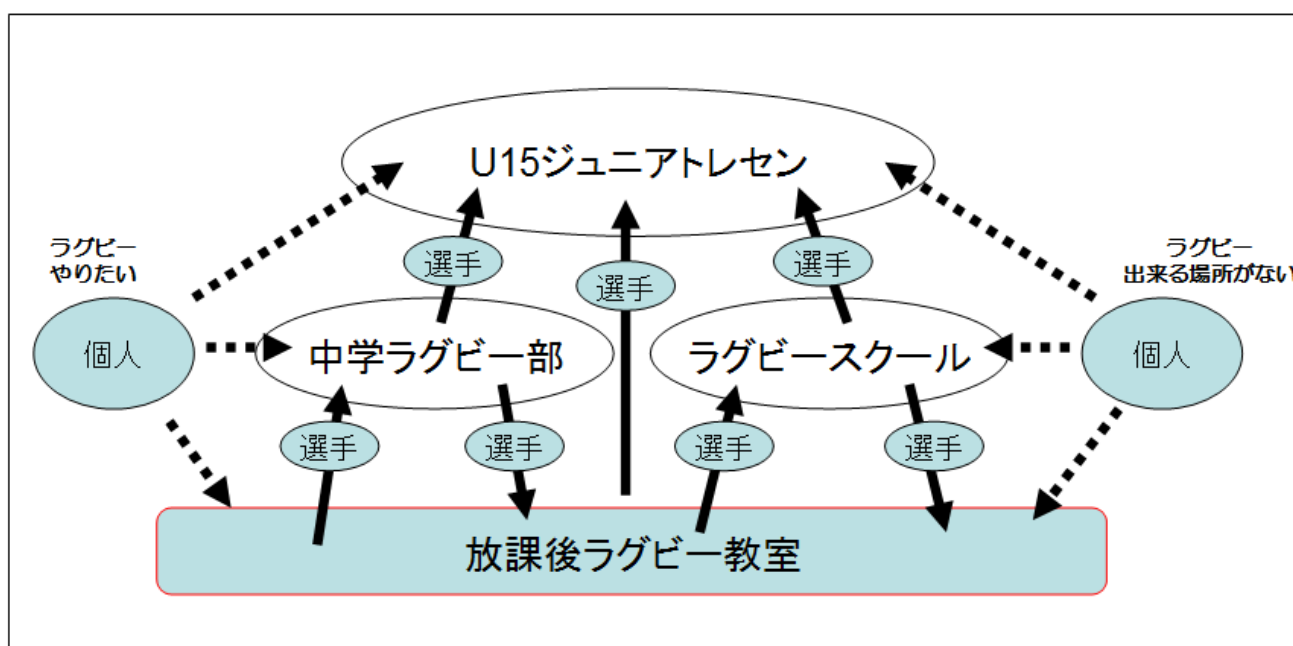
=拠点整備= 都道府県 U15 ジュニアトレセン

中学生部門の中核として、全国の中学生に公平なラグビー競技活動の場を提供することを目的に、各支部協会に同計画の活動を提案、同活動を支援。

最終的な活動の発表の場として全国ジュニア大会を位置同計画を推進し、以下の目的を達成

- 1) ジュニアラグビー競技の普及促進(競技者数増加促進)
- 2) 中学生ラグビー選手の育成
- 3) ジュニアラグビーの競技力向上

イメージ) 放課後ラグビー教室との連携



<文部科学省への成果報告>

- ・参加者のニーズや印象、感想など実態報告
- ・「放課後ラグビー教室」とした意義と可能性
- ・必要最低限の練習環境の提示
- ・成功事例としたポイント

<放課後ラグビー教室 モデル事業の応用方法>

【作り物】

- ① モデル事業のレポート（HPより引用）
- ② 「民間クラブ型（ラグビーパーク）」のクラブ作り手順例
- ③ 「学校クラブ型」のクラブ作り手順例
- ④ 放課後ラグビークラブでの「指導案（指導方法）」例
- ⑤ クラブ運用のノウハウ、成功事例 ⇔ 失敗事例、リスク例

【出し方】

- ① レポート作成
- ② 日本協会HP、機関誌への掲出
- ③ 「クラブづくり」の事例集を公開

【出す先】

- ・都道府県中学生部門
- ・ジュニアスクール、中学校ラグビー部
- ・RWC2019開催地候補、キャンプ地候補の自治体
- ・ラグビー指導を希望する関係者 等

<平成25年度 文部科学省委託事業の仕掛け>

- ・モデル事業の継続
- ・モデル事業件数の拡大（目標3モデル）
- ・モデル事業のケース変化（TLチームタイアップ、学校施設の活用、ラグビースクール過疎地 等）
- ・多様なモデルケースを事例紹介

⇒将来的には助成事業から、「自主自立の放課後ラグビー教室」の発足を目指す。