

## V 指導目標と指導内容

<ゲームの原則> **ボールの争奪⇒前進** (Go-forward) ⇒**支援** (Support) ⇒**継続** (Continuity) + **圧力** (Pressure)

		カテゴリー1：低学年（小学1～2年程度）	カテゴリー2：中学年（小学3～4年程度）	カテゴリー3：高学年（小学5～6年程度）
指導目標		◇簡単なゲームができる ※ルールを守る態度を学ばせる ◇スポーツに親しむ態度を育てる ※ラグビーは楽しい遊びであると感じさせる ※ゲームでボールを持って自由に走ることを促す	◇やや組織的なゲームができる ※個人スキルを理解させ、その習得をはかる ※チームを構成するユニットとその役割を理解させる ◇フェアな態度を育てる ※自らルールを守り、レフリーに従う態度を学ばせる	◇組織的なゲームができる ※個人スキルをさらにシェイプアップする ※ユニットスキルを理解・遂行させる ◇よりフェアな態度とフェアプレーの精神を学ばせる ※ノーサイドの精神 ※相手・レフリーに対して敬意の念を持たせる
		≪コーチ自ら、判定に対する異議、相手反則のアピール、相手への礼を失する言動等、スポーツマンシップを損なう行為は厳に慎む。≫		
			<自己中心⇒仲間、個人⇒ユニット⇒チーム>	<個人スキル⇒ユニットスキル⇒チームスキル>
		<b>前進⇒支援</b> の理解	<b>前進⇒支援⇒継続</b> の理解	<b>前進⇒支援⇒継続+圧力</b> の理解
指導内容	個人スキル	※ボール持って勢いよく走る ※パスされたボールを怖がらずにキャッチする ※地上にあるボールを止まらずに拾い上げる	※4つの個人スキルがあることを理解する ①ランニング、②ハンドリング、 ③キッキング、④コンタクト	※より速いスピードでプレーすることができる ※プレッシャー下でもプレーすることができる
		① ・ダッシュ⇒ストップ⇒ダッシュ ・相手をかかわして走る	・コース、ペースを変えて走る ・サイドステップ、スワープ	・サポートランができる ・スペースに走りこむことができる
		② ・静止している人にパスができる (スタンディングパス、スクエアパス)	・動いている人へパスができる (ホップパス、ハーフのパス)	・多様なパスができる (スピンパス、とぼし、ループ、LOスローなど)
		③ ・両手で持ち、ボールを落としミートができる (両手で持って蹴る、プレースキックなど)	・方向性が安定する (パントキック、キャッチングなど)	・遠く、高く蹴れる (ドロップキック、エリアへのキック)
	④ ・身体接触、回転運動 (前転、後転、横転、受身など)	・相手にあたりボールを活かすことができる ・相手を捕まえる(タックル) ことができる (ドライブ、ダウンボール、ロングリリースなど)	・相手にあたりユニットでボールを活かす (モール、ラック、タックル、ブレイクダウンなど)	
集団スキル	・みんなで声をだす ・ボールを持った人は前が出る ・ボールを持つ人より下がる	・3つのユニットの理解 (FW、HB、BKユニット) ・3つの役割の理解 (ボールゲッター：獲得役) (リンクプレーヤー：つなぎ役) (ペネトレイター：突破役) ・ノーマーク、スペースを見つける	・セットプレーからのサインプレーの理解・共有 ・3フェイズまでのアタックイメージの理解・共有 ・キックオフのポジショニングと役割の理解・共有 ・ディフェンスのポジショニングと役割の理解・共有 ・チームの決め事の理解・共有 ・ノーマーク、スペースを作り出す ・タックルラインとゲインラインの理解	