

# ANBジュニアラグビースクール

## 【 校 訓 】

One Heart ～ 心を一つに ～

## 【 基本理念 】

- 1 チームワーク  
人はひとりでは生きていけない。人はチームで生きることによってその存在価値を知る。「ラグビー = チームワーク」
- 2 ディビジョン オブ オール  
与えられたポジションやその役割に誇りをもち、選手としてでなくチームの一員としてその責務を全うし、勝利に貢献する。
- 3 フェアプレー  
ラグビーに真剣に正々堂々と戦うことを求められ、姑息なプレーは忌み嫌われる。「フェアプレーなくしてラグビーなし」
- 4 リスペクト  
仲間とかかわり合い、助け合い、カバーしながら戦う。対戦相手やコーチ、家族に感謝し、そしてリスペクトする。

## 【 指導方針 】

ラグビーを通じて体力の向上や人間力の向上を図ると共に、スポーツの楽しさや厳しさを学び、身につけたラグビー精神や能力を社会で発揮し活躍できる人材を育てる。

## 【 指導者の心構え 】

- 1 すべての子どもたちを一人の人間として尊重し、一人一人に愛情を注ぐ。
- 2 自ら「気づき・考え・取り組む」姿勢につながるような言葉かけや指導を工夫する。
- 3 全員参加により、仲間と力を合わせて、全力で勝利を目指すプロセスを大切にし、勝利至上主義にならない。
- 4 指導者間のコミュニケーションを大切にし、発達段階に応じた系統だった指導・活動を行う。
- 5 指導はあくまでもボランティア活動であると理解し、個人的な営利や利権を求めない。

## 【 指導の概要 】

- ・ 基礎プレー ⇒ 身につけさせるもの
- ・ 基本プレー ⇒ 確かめ確認していくもの
- ・ ☆は、人間力の向上に向けたこと
- ・ 番号(①～)は、ラグビースキル



＜低学年＞	＜中学年＞	＜高学年＞	＜中学生＞
遊びの要素を取り入れた運動を中心に行い、その中でラグビーの基礎プレーにつながる活動をする。	練習やミニゲームを通じてルール理解や基礎プレーの習得を目指し、チームワークを意識した活動をする。	基礎から基本プレーを重視した練習により、ラグビーの本質に近づく技能を身につけさせる。	基本プレーの確立と、ゲームでの戦術や戦略を理解した練習。スクール全体のリーダーとしての資質を磨く。
☆仲間と楽しくプレーをするため関わり方 ①走りながらボールを手渡す・投げる ②走りながらボールを受け取る ③パントキックやラグビーボールでのドリブル ④相手にぶつかる(やさしいコンタクト) ⑤相手を捕まえる ⑥相手と押し合う(1対1・すもう) ⑦タグラグビー理解	☆仲間を大切にする ☆仲間や相手を称える言葉や行動 ①パスの種類(目的)を覚える ②キック(パント・グラバー)とキャッチ ③タックルの安全な基本動作 ④タックルを受けての安全な倒れ方 ⑤相手と押し合う(モールの理解) ⑥ステップで相手をおかわす、抜く ⑦セットプレーのポジショニング ⑧ミニラグビー理解	☆年下の面倒を見る ☆チームに貢献するために、役割を果たす責任 ①目的に応じたパスの使い分け ②キック(ドロップ・ロング・チップ)とキャッチ ③モール・ラックの理解(姿勢・動作・オフサイド) ④セットプレー(スクラム・ラインアウト・バックスライン)の攻撃と守備理解 ⑤ゲームでの反則プレーの理解	☆リーダーシップと感謝の心 ①基本プレイの精度を上げる ②ゲーム場面を想定してのプレー ③各プレーのリアクションスピードの向上 ④ゲームにおける状況判断 ⑤アタックのオプション ⑥ディフェンスのシステム ⑦スクラムやコンタクトプレーにつながる体幹づくり

## ANBラグビースクール 5つの約束

- 1 返事やあいさつは元気よく自分からします。
- 2 ラグビーで使う道具を大切にします。
- 3 失敗を恐れずに勇気をもって挑戦します。
- 4 ラグビーと同じように勉強も一生懸命取り組みます。
- 5 思いやりの心で互いに励まし合えるチームをつくりまます。

