

柏ラグビースクール小学部コーチングガイド



Ver1.1

2015年4月 初版発行

最新改訂 2018年4月

柏ラグビースクール小学部コーチングガイド 目次

| | |
|-------------|----------------------------|
| 1. 運営方針 | (1) 方針 |
| | (2) 目指す方向性 |
| | (3) 体制 |
| | (4) 運営と取組み |
| | (5) 安全対策 |
| | (6) 規律 |
| 2. 指導方針 | (1) 目的 |
| | (2) 選手の目標 |
| | (3) コーチの目標 |
| | (4) スクールの目標 |
| | (5) スタイル・カラー |
| | (6) 基本方針 |
| 3. 考え方 | (1) 年間計画 |
| | (2) 対外試合 |
| | (3) ポジション |
| | (4) 判断と約束事 |
| | (5) ハンドリングとパスについて |
| | (6) ラックについて |
| | (7) オフェンス |
| | (8) ディフェンス |
| | (9) 他協議から学ぶ |
| | (10) 選手とのコミュニケーション |
| | (11) 指導の継続性 |
| 4. ラグビー指導指針 | (1) ラグビーの理解、ルール理解 |
| | (2) すべてのカテゴリーに共通するプレー |
| | (3) カテゴリー別に必要なプレー及び注意事項 |
| 5. コーチの心得 | (1) 心得 |
| | (2) ルール理解、マナー向上、向上心 |
| | (3) 大事なこと |
| ＜参考資料＞ | 学校感染症出席停止基準 |
| | U12ラグビー協議規則（前文） |
| | キーファクターチャート |
| | 柏ラグビースクール 各役職の細則、会議体系 |
| | スポーツ安全保険について、脳震盪について |
| ＜4年毎更新資料＞ | 柏ラグビースクール 小学部中期目標（4年毎更新） |
| ＜年度更新資料＞ | 柏ラグビースクール 運営体制表（毎年更新） |
| | 柏ラグビースクール 年間スケジュール概要（毎年更新） |

1. 運営方針

(1) 方針

- ① コーチは分業制を取り、全員の積極的参加を前提とする
- ② お互いよくコミュニケーションを取り、合議制によって年度毎の運営体制、方針などを取り決めるものとする
- ③ 各個人の負荷を考慮し必要に応じ分担を見直し、互いにサポートすることとする
- ④ スクール全体の底上げ、選手の継続的指導を念頭に置いて、他カテゴリーと連携する
- ⑤ 保護者、他チーム、協会等とのコミュニケーションを大切にし、適切な行動をとる
- ⑥ コミュニケーションをとる上で、即断が必要となる場面ではその判断を尊重する
- ⑦ スクール全体の動きと連動して、新入部員の勧誘、獲得に努める
- ⑧ 原則として、毎週日曜日を活動日とする
- ⑨ 個人のスキルアップを目的とした自主練習を推奨する
- ⑩ ホームグラウンドを解放しての自主練習はスクール生全員が参加出来るものとし、個人やクラスを限定した召集はしない
- ⑪ 練習、試合の活動記録は、毎回必ず記載することとする

(2) 目指す方向性

- スクールは継続的成長を目指し、常にその構成員を念頭において一定の共通理解を得て、最善の活動内容を提供するように努力する
 - 特に以下の項目については、都度状況を十分加味して最善の方策を検討する。ワールドカップ年毎（4年周期）に中期目標を策定し、計画に沿って見直しする
- ① スクール生の継続的獲得、底辺拡大・・・広報活動、HP掲載、協会活動など
 - ② コーチの継続的獲得と定着率向上・・・新規コーチ勧誘と定着率の向上を目指す
 - ③ スクールの質向上、コーチ資格取得推進・・・方向性に沿うためのスクールの質向上
 - ④ 活動計画、活動範囲・・・方向性、目標に沿う活動計画、活動範囲を共有、策定する
 - ⑤ 中学部との一貫指導・・・方向性、目標に沿うあるべき関係を検討する
 - ⑥ グラウンド、高田倶楽部との関係・・・同上 あるべき活動場所を検討する
 - ⑦ 資金調達・・・同上 あるべき資金調達手段、適正な会費など適宜協議する
 - ⑧ 協会、近隣地域との関係・・・同上 あるべき関係を適宜協議する
 - ⑨ 運営体制と役職・・・同上 あるべき体制、役職を適宜協議する

(3) 体制

- 年度初めに以下の役職を選任する 各役職の副担当は複数名となることもありうる
- スクールの目指す方向性、活動内容に見合うよう必要に応じ役職の増減、責任分担、人数などは適宜見直しを行う
- スクール全体のバランスを加味して十分協議することを前提とする
- 役員の任期は1年を原則とし、再任を妨げない。

- ① 代表 1名：スクールの代表者
- ② 渉外兼代表補佐（正） 1名（副） 1名：

代表代理、ラグビー協会・他スクールとの連絡・交渉、大会申込み、その他講習会、イベント等対外活動窓口全般、上記必要事項を主務へ報告、高田小雨天時の判断
- ③ 主務（正） 1名（副） 1名：スクール内の連絡、取り纏め
- ④ 会計（正） 1名（副） 1名：任期 2年が望ましい

スクール内の会計収支管理（小学部会計、ユニフォーム積立金、柏ラグビー協会）、新規入会手続き、名簿管理、スポーツ保険加入手続き、遠征時差し入れ、合宿会計、その他物品の注文
- ⑤ ライセンス推進（正） 1名：資格取得、講習受講の推進
- ⑥ ユニフォーム（正） 1名：試合用ジャージ、ヘッドキャップ、ソックス管理
- ⑦ 広報（正） 1名（副） 若干名：

ホームページ管理、フェイスブックページ管理、メーリングリスト（通称コーチメール）管理、体験者情報管理、各種チラシ作製、イベント対応（幼稚園協会イベント、柏の葉だよ全員集合等）、新聞・雑誌・各機関紙対応、各学校への大会成績報告、試合・イベントの写真撮影・共有アルバムへアップロード、保護者への勧誘依頼
- ⑧ ウォームアップ（正） 1名（副） 1名：スクール内準備運動担当
- ⑨ 女子ラグビー（正） 1名：協会女子委員会との連絡窓口、女子選手（保護者）への案内配信、女子ラグビーイベントへの引率

- ⑩ なお、上記がスクール全体としての運営体制であり、各カテゴリーにおいて以下の役職を選任する
 - Aカテゴリー（代表・ヘッドコーチ・副代表・連絡・メディカル・用具）
 - Bカテゴリー（代表・ヘッドコーチ・副代表・連絡・メディカル・用具）
 - Cカテゴリー（代表・ヘッドコーチ・副代表・連絡・メディカル・用具）
 - Dカテゴリー（代表・ヘッドコーチ・副代表・連絡・メディカル・用具）

*尚、代表コーチ、ヘッドコーチは原則有資格者とする

- ⑪ 各カテゴリー内役職の業務内容は以下の通り
 - 代表

各カテゴリーでの代表者 原則として偶数年のコーチが担当する
 - ヘッドコーチ

各学年の指導面の責任者 学年ごとの活動を担当し代表コーチを補佐する
 - 副代表

メニュー検討等、カテゴリー代表を補佐する。複数名の場合がある
 - 連絡

主にメールを媒体としてのスクール生（保護者）への連絡を行う
 - メディカル

安全を最優先とするスクール活動において大変重要な業務。具体的には、メディカルバックの保管、管理（不足物の補充と会計との連携）から選手のケガ等不測事態発生の

率先した活動。 セーフティーアシスタント資格保持者であることがさらに望ましい

○用具

各カテゴリーにて保持するボール、空気入れ等の管理、試合時の運搬等を行う。自家用車が必要な業務であるため、試合時等の駐車場割り当てが優先される

○新規入会者担当

入会直後のメンバーを手厚くサポートし、基礎を集中的に指導する為に担当コーチを選任する。各カテゴリー連携し、練習エリアも優先的に確保する

○その他

各カテゴリーを運営するに当たって、必要とされるカテゴリー内役職の任命は、これを妨げない。(例：学年ごと記録係、FW・BK 責任者、タッチジャッジ、等)

⑫ 各役員は相互の兼務を可能とする

⑬ スクールの運営サポートとして父母会を設置する

○目的：柏RSの円滑な運営のために、主務の要請に応じてスクール運営面のサポートをおこなう。

○人員：柏RS選手の保護者を対象とする。

○役員：役員：年度ごとに会長、副会長及び会計、会計監査を選任する。役員はスクールからの要請に応じ父母会内の対応をおこなう。

○選任：役員はコーチ会議又は父母会が適切な候補者を推薦し、双方が承認することで選任することとする。推薦にあたっては無理強いのないよう本人の承諾を前提とする。スクールの予算管理や意思決定の集中を避ける為、会長は代表、主務、渉外、会計の家族からは選任してはならない。役職経験者の家庭も同様とする。また、同趣旨を鑑み、原則として、会長はコーチの家族からは選任しないことが望ましい。

○参加：イベントごとに分担し、過度な個人負担とならないように努める。あくまでも任意での参加とし、いかなる場合でも強制してはならない。

○経費：スクール運営の経費はスクール会計から都度支出し、父母会独自の会費制度は必要としない。尚、スクール運営をサポートする目的で、バザーや任意の寄付による少額の管理については制約しない。

○活動：以下を父母会への依頼事項とする。

- ・夏合宿、手賀沼マラソン、修了式の運営サポート
- ・高田小体育館の女子トイレの清掃
- ・テント、シートの清掃（用具係の判断に基づき主務から要請する）

(4) 運営と取り組み

① 具体的課題について一定の共通理解を得るべく、定期的にミーティングを行う。(全体コーチ会議は3回/年開催、4月：新年度、7月：夏合宿前、翌1月：次年度体制他検討とし、必要に応じ適宜開催する)

② 中期目標：ワールドカップ年毎に(4年周期)、チームの目指す方向性(1、(2))について、コーチ間で十分協議を行い合意形成する

- ③ 年間計画：学年毎の個性に合わせ、チームの目指す姿及びそれに基づいた練習計画について、コーチ間で十分協議を行い合意形成する
- ④ 年間計画策定後、実行体制、役割（要否、人数）、権限（定義）を設定する
- ⑤ 皆勤賞、精勤賞：前年4月末（GW前）～2月末までの出席状況を確認し、皆勤賞は全出席、精勤賞は欠席3回までとする。但し、練習の出席対象日は土曜日、祝日は除外、インフルエンザやノロウイルスなど感染性疾患で欠席の場合は学校の基準と同様、除外とする
- ⑥ 運営サイクル
 - A) ワールドカップ年の1月に中期計画を策定（初年度は2015年）
 - B) 毎年2月までにスクール全体及び各カテゴリーの年間計画を策定（4月～翌3月）
 - C) 同時に、上記を実行する体制を検討する
 - D) 必要に応じコーチ会議を開催し、新たな提案や、課題を共有し議論する
 - E) 活動日（練習後、試合後）にミーティングをおこないコミュニケーションをとる
 - F) 突発的課題については代表、渉外、主務、各代表コーチを中心に都度打合せし方向性を示す

（5）安全対策

- ① ケガ：

常に最善のウォーミングアップを導入し、家庭でのストレッチを推奨しケガ予防に努める。活動の際は各カテゴリーに救急箱を設置、試合会場には必ずセーフティーアシスタント有資格者を配置し、適切な処置をおこなう。顧問医師及び指定医療機関を選任する。（HPに記載）
- ② 熱中症：

熱中症が起こりやすい季節は保護者に十分な水分・氷の持参をお願いし、活動時間内一括保管する。選手の動き、顔色に特に留意する。躊躇せず最善の行動をとる。
- ③ 病気：

選手、コーチ本人の感染症については学校感染症の基準に準じて活動停止とする。
 （例：インフルエンザは発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日（幼児は3日）を経過するまで、参考資料「学校感染症出席停止基準」を参照）
- ④ 脳震盪：

脳震盪及び脳震盪と疑われる症状が出現した場合は速やかに医療機関を受診し、診断結果に関わらず、受傷から14日目まで心身の完全な休養をとり、以降「段階的競技復帰プログラム」に従い段階的にリハビリをおこなう。（詳細は参考資料「脳震盪」及び「脳震盪を起こした方への手引き」参照）
- ⑤ 事故：

スクール活動前後の遊具遊びでの事故や、送迎時の駐車場での交通事故等に留意するよう保護者に注意・啓蒙を行う。雨天で練習が早く終わった場合や遠征時は選手と保護者の連絡が取れているか確認を行う。
- ⑥ 合宿：

上記、特に留意し、選手個々の様子を良く観察する。宿舎とグラウンドの移動、朝の散歩

は交通事故に注意し、海の事故にも細心の注意を払う。

⑦ 保険：

スクールとして選手、コーチが加入している保険は、参考資料（スポーツ安全保険）を参照

(6) 規律

■ 挨拶、自分の用具整理、チームの用具整理、グラウンド整備

基本的に自身のことは自身でやることを指導し、Aチームが低学年の模範となるよう率先して心がける。具体的に、Aチームはチーム全体に関係する行動を習慣化することで、スクールの高学年である自覚をもってもらうことを目的とし、元気な挨拶、練習後のグラウンド整備、ゴミ拾い、落とし物確認を行う。コーチはその実践の手助けを行う。コーチ自身はスクール生の模範となるべく、挨拶、整理整頓に努める。

2. 指導方針

(1) スクールの目的（理念）

■ 「ラグビーを通じた子供たちの成長」

子供達が、ラグビーを通して、元気一杯に成長していく

将来どんなことにも挫けない強い精神力と健全な身体をもった人間を育成する

(2) 選手目標

■ 「選手達が自ら（目標を）作り出す」

(3) コーチ目標

■ 「子供達が自ら目標を生み出せるようサポートし、目標に導く」

■ 「自らが子供たちからリスペクトされるよう、人格とスキルの向上を目指す」

■ 「安全に楽しくプレー出来る環境及び状況を整える」

■ 「他チーム関係者から柏RSは良いチームだと感じてもらえるチームとなる」

(4) スクールの目標

■ 「6年生向けのチャンピオンシップ大会で全国大会出場を目指す」など具体的設定を行い子供達、コーチのモチベーション向上、チームの具体的計画、個々人の具体的計画への落とし込みを意識させる。(2015年現在、ヒーローズカップを対象)

(5) スタイル・カラー

■ 「スペースを見いだす・作る」

個々人のスピードやパワーに頼るのではなく、全員で数的優位を生み出す戦術の理解・技術の習得を目指す

■ 「ボールをみんなで繋ぐ」

ポジションに関係なくグラウンドを大きく使って縦横無尽に走ってボールを繋ぐ

■ 「チームワーク」

選手同士は常に協力、助け合い、互いにアドバイスを言い合える環境を目指す

単に仲良しでなく刺激し合うことも重要

ラグビー以外のレクリエーションを取り入れチームビルディングを図る

■ 「声を出して元気にプレーする」

プレー中は全員で声を出し、コミュニケーションを取りながらプレーする

ゲームに出ていない選手も積極的に声を出して全員でプレーに参加する

(*) 上記を小学部修了時までには習得することを目標とし、6年生のトーナメント大会で習熟度を測る。

(*) 長期的視野に立って、個人や集団の個性、習熟度を判断し、選手主体であること、選手の個性を尊重することを最優先した適切な指導をおこなう。

(6) 基本方針

- ① 安全、健康、衛生面に十分配慮した指導を行う
- ② 集団活動におけるルールと規律の重要性を念頭においた指導を行う
- ③ チームメイト間の仲間意識、チームの一体感、互いに尊重し結束する雰囲気醸成させる
- ④ 誠実さフェアプレーの精神について指導を行う
- ⑤ 選手の自主性、判断力養成を念頭に置いた指導を行う
- ⑥ 選手の理解度、肉体的許容度に応じたきめ細かな指導を心がける
- ⑦ 理解度、肉体的許容度により練習メニューを分ける際は趣旨を理解させることと指導が偏らないことに留意する
- ⑧ コーチ研修・レフリー研修には積極的に参加しコーチとしてのスキル向上に努める。
尚、コーチのスキル向上を目的とした協会主催の研修・講習等にスクール代表として参加する場合の参加費用、資格取得にかかる費用は、原則として全額スクール負担とする。
(但し、前例の無い研修等に参加する場合は、個別協議とする)
- ⑨ 個人の体力向上、個人の基礎スキル向上、集団の基礎スキル向上を第一とし勝利至上主義、小手先に走らない
- ⑩ 心身ともに大きく成長する小学生の時期を考慮し、ラグビー選手としての土台作りを念頭におくものとする
- ⑪ 能力の高い子だけでなく全員を伸ばす、試合には原則均等に出場させる(チャンピオンシップ以外)
- ⑫ 様々なポジションを経験させ、ラグビーの理解を深める
- ⑬ One for all, all for one. No side の精神の理解を深める
- ⑭ 指導は分かりやすい簡潔な言葉(キーファクター:参考資料キーファクター参照)で行う
- ⑮ 指導項目はできるだけ1項目ずつ行う
- ⑯ 指導時はできる限り実演(デモンストレーション)を行う

3. 考え方

(1) 年間計画

- ① 学年ごとの個性に合わせ、チームの目指す姿について、コーチ間で十分協議を行い合意形成する
- ② チームの目指す姿に基づいて、練習計画を策定する
- ③ 練習計画は、各シーズン（春季、夏季、試合時期、冬季）に応じて、練習メニュー、練習内容の配分を検討し、次年度への継続性を意識する（計画素案は代表コーチが立案し、コーチの協議によって決定する）
- ④ 練習計画は選手の成長度合いに応じて適宜、修正し、常に効果的な練習を目指す
- ⑤ チームの目指す方向性（1、2）について、常に現状を確認し最善を目指す
- ⑥ 練習計画の指針
 - A) 4～6月：基本練習を行いながら、カテゴリーが上がった学年（1、3、5年生）及び入校1年未満のメンバーがチームに打ち解け、ルールの理解、自分の力を発揮できるよう配慮する
 - B) 7～9月：試合を想定し、必要な技術の習得、チームの約束の理解を求める
 - C) 10～11月：総合練習、試合形式を取り入れながら、交流会での反省・課題と向き合い技術向上を目指す。ヒーローズカップ、NECカップなどトーナメント大会に向けたチーム編成も検討する
 - D) 12～1月：寒さによるケガが想定される為、無理せず、身体のメンテナンスや、フィットネスアップ等を考慮する
 - E) 2～3月：ウィンターカップ、NTTコムカップ、常総祭等に向けて、試合勘を取り戻す。1年間のまとめとしてこれまで練習で身に着け付けたことを試合で出し切る。また、スクール内においても次年度を意識して上位学年との合同練習、交流試合を奨励し、継続した指導に取り組む

(2) 対外試合

- ◇ 全員がベストメンバーであり、その試合に出ている選手は柏ラグビースクールの代表との意識を持って戦う
- ◇ 原則、交流戦では参加者全員が均等に出場機会を得る様に配慮し、怪我や体力面、きっかけを掴みそうな選手を見極め、調整をおこなう
- ◇ ヒーローズカップ、NECカップ等はタイトルを懸けたトーナメント戦であり、選手、保護者にとって注目度も高く大会に向けて意欲が向上するが、育成期の選手であることから、特別過度な戦術はとらず、あくまで通過点との認識で臨むこととする。登録人数規定や選手の意欲が向上することを利用し全員のスキルアップに活用する
- ◇ メンバー登録制のトーナメント大会では、トーナメント戦の意味、登録人数規定等について、選手・保護者に理解されるよう、ビデオ鑑賞会や勉強会の場を設けるなど説明に努める
- ◇ メンバーの評価基準として練習の参加率、練習意欲も考慮する

(3) ポジション

- ◇ スクール内の相対的な判断でのポジション固定はせず、様々なポジションを経験させる。また、選手が希望するポジションに挑戦させ、同じポジションを希望する仲間と切磋琢磨する環境を作る

(4) 判断と約束事

- ◇ 選手自ら判断し自由にプレーすることを目指しつつ、一人一人が役割を理解し果たす為に少しの約束事を設定し理解させる

(5) ハンドリングとパス

- ◇ 地味でつまらなく感じるハンドリング練習だが、基礎が大切と考える。ハンドリングが悪ければ相手にボールを渡してしまうことになる。この重要なスキルを習得する練習を多く取り入れる。家族の協力を得てご家庭でもおこなって欲しい

(6) ラックについて

- ◇ 自ら倒れる(寝る)意図的ラックは危険である上に、人間の本能の部分でこの世代のプレーヤーには理解しがたい。また、立って繋ぐのがラグビーの基本と考え、倒れないラグビーを指導する。
- ◇ 一方、実戦ではラックになる場面も多くあり、将来を見据える意味でも、正しい姿勢の指導をおこなう。(亀ラック、頭を下げてラックは厳禁)
- ◇ 同様に、ボールピックアップも跨いで腰を落として拾い上げることを徹底する。(俗にいうジャッカルは厳禁)

(7) オフェンス

- ◇ 形にこだわらず、自分の得意、チームの特色を活かす。ラグビーのセオリーとして教えなければいけないと感じたときは「こういう方法もある」「こうするともっと良いかも」というようなポジティブな声掛けをおこない、選手自身に次のプレーを考えさせるように促す。
- ◇ 個性を認め、自主性を与えると選手たちはお互いにバランスを図りながらプレーをするようになる。

(8) ディフェンス

- ◇ 重要なのは相手の動きを止めることであるが、選手全員にタックルの精度を求めるのは難しい為、まずは捕まえることを重視する。
- ◇ コンタクトが苦手な選手には1対1や2対2など自分が止めなくてはいけないと感じさせる練習をおこなう。

(9) 他競技から学ぶ

- ◇ スポーツそれぞれに良さがあり、ラグビーに役立つヒントがたくさんある。他競技を参考にした練習は新鮮で楽しく、違う目線から選手の新たな特性を知ることも出来る。積

極的導入を推奨する。

(10) 選手とのコミュニケーション

- ◇ 教員やプロコーチではなく父親がコーチという状況は緊張感に欠けるかもしれないが、大事なのはコミュニケーションを図り、選手達の気持ちに寄り添い、理解することと考え、意見や要望を気軽に言える関係を目指す。但し、一般的に悪いこと、危険なこと、集中する場面では厳しく指導する。

(11) 指導の継続性

- ◇ 子供たちの成長に合わせて、連続的、横断的な指導を行うことが大事であり、試合DVDの貸し借り・意見交換や、上級生が下級生に教える機会を設定する。
- ◇ 1年間の活動記録（実施した練習メニュー、各カテゴリーにて必要と判断した技術スキル・指導ポイントなど）を次年度に継承し、効率的かつ継続的な指導が出来る環境を作れば大変貴重な財産となる。
- ◇ コーチングは様々な考え方があり正解は無い、コーチ同士もお互いを尊重し認め合うことが大事。
- ◇ チーム作りや戦術はその時の選手の特徴で変わる。子供たちの成長過程を見逃さず、その都度最適な練習を提供することを心がける。

4. ラグビー指導指針

(1) ラグビーの理解、ルールの理解

- ① ラグビーの精神の理解
- ② ボールゲーム、陣取りゲームの理解
- ③ ラガーマンに求められる能力（ハード面、ソフト面）の理解
- ④ 一般的ラグビーのルールと各カテゴリーのルールの理解
- ⑤ 適切なプレー選択の理解
- ⑥ ゲームでの優位性の理解（よい攻撃、よい防御）
- ⑦ 数的優位の理解
- ⑧ 役割、ポジションの理解

(2) すべてのカテゴリーに共通するプレー

- ① ボールをつなぐこと
 - A) ラン
 - B) コンタクト（接点）
 - C) パス
 - D) キック（※）ルール上は中、高学年のみ
- ② ボールを持ってないプレーヤーがいかに重要なのかについて
 - A) サポート（パスをもらう位置、接点での動き）

- B) コーリング（ボールを持っていないプレーヤーが位置を教えてあげる）
- ③ スペース
- A) アタックではスペースを攻める、ディフェンスではスペースを埋める
- ④ 戦術
- A) 基本的プレーを土台として一定の戦術が必要（高学年になるに従って一定の約束事、戦術の理解が求められる）

（3）カテゴリー別の必要なプレー及び注意事項

- ① 幼児（3歳～6歳）
 - A) ラグビーに特化したプレー以前に、ボールに親しむ、トライの喜び、仲間との交流の楽しさなどに重点を置く
 - B) 保護者と共に親子で成長を楽しむ
 - C) 安全確保に留意し練習から離れてしまった子は、保護者に引き渡すまでケアをする、又は保護者に付き添ってもらう
 - D) グラウンドの周辺部には子供の興味をひく危険が多いことに留意する
 - E) 年長の秋頃から小学生に上がることを意識し、低学年向けの指導を促す
 - F) ラグビーとまだ言えない部分が小学生からの成長につながることをコーチは理解する
- ② 低学年（1～2年）
 - A) ラン
 - ◇ しっかりボールを持ち（片手、両手は状況による）、鬼ごっこの要領で相手を抜く。スペースを見つける
 - ◇ 近年、普通に走れない子供がいる。ボールを持ったランの前に、ランニングスキルも場合によって必要になる
 - ◇ 特に1年生に対しては、攻撃の方向（どちらが前なのか）を意識させる。（大きく回り込んでスペースを見つけて走る選手もいるのでそれは否定しない）
 - B) コンタクト
 - ◇ 相手をぶちかます強引なコンタクトは必要ない
 - ◇ 相手とぶつかる自分の体を守る当たり方を覚える
 - ◇ 強く当たる姿勢、正しい力のかけ方を体で覚えることで事故を予防する
 - ◇ スクラムの姿勢が一番強くて安全な姿勢である
 - ◇ ハンドオフは否定しない。（肩よりも下に行く）
 - ◇ 当たり方
 - ・まっすぐに当たる（脚の踏み出しはまっすぐ）
 - ・相手の正面ではなく、半身ずらして当たることを意識する
 - ・当たる瞬間は姿勢を低く。（膝を曲げる）
 - ・ボールを相手から遠ざける（ボールを守る・持ち手を替える）
 - ・簡単に倒れない（倒れると、ボールを手放すことになり、立っている状態では味方にボールをつなげる自由度、確率が高い）
 - ・脚をかき続ける

◇ タックルの仕方

- ・スクラムの姿勢を基本に首に力を入れる。頭は下げない。しっかり相手を見る。
- ・タックル時は逆ヘッドにならないように（自分の頬を相手のお尻の位置に持つてくる）
- ・パワーフット（ヒットする肩と同じ側の足を相手の足もとに深く踏み込む）
- ・腕で相手を捕まえに行くのではなく、胸で相手を捕まえに行く
- ・捕まえた後は、しっかりとバインド
- ・タックルをした後は、すぐ立ち上がりボールの行方を意識する

◇ 倒れ方

- ・当たり方より倒れ方が重要（高学年になるほど）
- ・安全の考慮からも、当たり方と倒れ方はセットで行う。
- ・立った状態では恐怖心を増すだけなので、低い状態から、倒れる練習（そしてすぐに立ち上がる）は毎回行いたい。
- ・お尻から倒れる（クセをつける）→ボールはしっかり抱きかかえる（ボールを軸に倒れない）→倒れたら、ボールを相手から遠ざけてダウンボールする

C) パス：

- ◇ ボールにたくさん触れることがパス
- ◇ ボールに触れる機会をたくさん練習に取り入れる
- ◇ ハンズアップ ・コーリング ・ボールをもらう味方をよく見る
- ◇ セットプレイ以外のゲームシーンでは手渡しパス、リップ（ガット）、もぎりパス
- ◇ ピックアップの重要性を理解できることが大事→5人制は1人で抜けてしまうことが多いが、この時期に2人目、3人目の重要性を理解させる。
- ◇ 捕球後、すぐにパスを投げられるような動作（捕球からパスリリースまでを流れる動作で行うために、捕球は胸や腕ではなく、手のひらで行う。）
- ◇ パスは止まった状態で行うのではなく、前方に走った状態で行うことを意識した練習を行う。

D) チームプレー：

- ◇ 1年生は自分でトライまで持ち込みたい時期であるが、2年生になると個人の能力だけではトライまで持っていくのが困難になるため、ボールをつなぐことの重要性を伝え、ゲームで実践させる。（紅白戦において個人でトライした場合とつないだ場合で得点を変える等）
- ◇ ノミネート、ラインディフェンス、個人の守備範囲を意識させる

E) チームビルド、運営：

- ◇ スクール活動はラグビーをやるためではなく、仲間に会いに来る場として考える。（練習後のお菓子交換や、練習後のイベント実施（昼食会、BBQ、県民プラザでのお楽しみ会等）を定期的に行う）
- ◇ 活動前は選手たちに広く目を配り、体調や顔色、発言を元に前向きな姿勢で取り組めるような雰囲気を作成する
- ◇ 活動中、選手間で声を出す習慣付けを意識させる
- ◇ 活動前に今回の活動の概要や目標を提示し、活動後に振り返りを行う運営が理想

- ◇ 勝利を最優先にする大会以外は、できる限り全選手に均等な出場機会を与える
- ◇ ポジションは固定せず、定期的に経験させる
- ◇ キャプテン、バイスキャプテンもできるだけ全員に体験してもらい、キャプテンシーや For The Team の視点を経験させる
- ◇ トーナメント大会に向けたキャプテン、バイスキャプテンの選出は投票形式で行う等の工夫を行い、選手たちに自主的なチーム運営と責任感を意識させる
- ◇ 第4四半期の活動で、試合中コーチの帯同がなくとも自分たちでゲームを運営できることを実現することを目標とする。

F) その他：

- ◇ 1、2年生の時期はラグビーに集中できる選手とそうでない選手の差が大きいが、個性を重視し、暖かい目で育成する（大らかなコーチング）
- ◇ 反面、挨拶や人の話を聞く姿勢の徹底、他の選手への暴力や危険な行為（棒や石を使った遊び）の禁止は最重要視する。

③ 中学年（3～4年）

A) ラン：

- ◇ ストレートラン、スペースに走りこむ
- ◇ パスをつなぐために走りながらパス、走りながらパスを受けることができるようになること。2～3m内でトップ（自身の）スピードになれるようなランニングスキル

B) コンタクト：

- ◇ 5人制よりランで抜けなくなるため、コンタクトの重要性が増す
- ◇ 2人目、3人目が強くないとボールを確保出来ない
- ◇ 2人目、3人目はまずは早くボールキャリアを助けに行くこと

C) パス：

- ◇ パスを用いて、ボールをつなぐ
- ◇ ハンズアップ、コーリング、タイムンと味方同時に見るクセ
- ◇ ゲーム中、セットプレイから、ウイングまでボールが回るか？
- ◇ 走りながらパス、走りながらキャッチができないとアタックラインは下がる
- ◇ アタックラインに上りができないとFWは苦しむ

④ 高学年（5～6年）

A) ラン：

- ◇ パスを用いて相手を抜くためのランニングスキル
- ◇ ボールをもらう前、もらった後のアングルチェンジ
- ◇ 相手ディフェンス能力が高くなるので、スピードだけでなく、緩急がより大事になる

B) コンタクト：

- ◇ 当たり方は低学年、中学年から積み重ねた基礎がここに生きる
- ◇ 体格差が顕著に出る高学年での試合で大きな相手に対等するには、正しい当たり方をしっかり体に覚えさせることが大事
- ◇ 当たり方と倒れ方でアンプレアブル（ボールが出ない状態）は減らせる

C) パス：

- ◇ パスを用いて、ボールをつなぐ、パスを用いて相手を抜く
- ◇ 中学年ではパスを用いてボールをつなぐことが目標だが、高学年ではパスで相手を抜くことを覚える。よって、よりスピードのある中で、パスとキャッチ、ウォッチ、コーリングが必要となる
- D) キック：
 - ◇ 地域によって、また、相手のディフェンスによって有効なキックを使い分ける。グラウンドによってはトライ後のコンバージョンキックがある

5. コーチの心得

(1) 心得

- ① 選手自身で決めたことは認める⇒自ら考えて起こしたアクションに否定は不要
- ② そうしなさいではなく⇒なぜそれが必要なのか、意味（理由）を伝える
- ③ 成長段階は選手によって異なる⇒できないことは当たり前。個々によって異なる強みを見つける、伸ばす。伸びた過程を見逃さない
- ④ 1年間のストーリー、今日の練習のストーリーを創造する。⇒主役はその日ごとに代わるもの。主役だけではストーリーは成り立たない。選手だけではなく、選手を取り巻く人たちを巻き込む。良いことばかりではない。山谷は大きい分、深みのあるストーリーとなる

(2) ルール理解、マナー、向上心

- ◇ スキルアップの為に資格取得や講習会に参加するなど常に向上心を持ち続ける。
- ◇ ルールを良く理解する。
- ◇ 保護者も含めマナーには特に留意する。（「U-12 ミニラグビー競技規則前文」参照）

(3) 大事なこと

- ◇ ラグビーというスポーツは運動能力が大きく作用することはありません。能力があれば、それは一つの武器になりますが、足が遅くても、体が小さくても、力が弱くても、自分のできること、得意なことを見つけられれば、どのポジションでも楽しめるスポーツです。選手一人一人の特性を見つけ、活かす方法を創造しましょう。
- ◇ また、様々なポジションを経験し、ポジションごとに必要とされるスキルを習得することで、他競技も含めて、将来の進路での要求に適應できるスポーツマンを育成しましょう。コーチの評価はトーナメント大会での成績ではなく子供達の10年後20年後の姿だということを意識しましょう。
- ◇ みんなが同じではない為、全員におなじこと、同じレベルを求めるのではなく、それぞれが得意なことを見つけ、個の力が合わさるよう伝え、励まし、指導しましょう。
- ◇ 試合に勝つことが大事なのではなく、目標に努力していくことが最も大事です。（努力する価値）試合で強いチームが良いチームとは限りません。ただし、面白いことには良いチームは強いチームになります。まだ幼い小学生でも、規律、自律したチームになることは可能です。やらされるのではなく、自ら考え、行動を起せるチームこそ、本当に強いのです。

- ◇ 練習後、試合後に子供たちの目が輝いて、たくさんの充実感があればコーチとして最高です。

以下、参考資料

参考資料：学校感染症出席停止基準

| | 対象疾病 | 出席停止の期間の基準 |
|-----|--|--|
| 第一種 | エボラ出血熱、マールブルグ病、クリミア・コンゴ出血熱・ペスト、急性灰白髄炎、ラッサ熱、ジフテリア、南米出血熱、痘そう、鳥インフルエンザ、重症急性呼吸器症候群 | 治癒するまで |
| 第二種 | インフルエンザ (鳥インフルエンザを除く) | <u>発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで</u> |
| | 百日咳 | <u>特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで</u> |
| | 麻疹(はしか) | 解熱した後3日を経過するまで |
| | 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) | <u>耳下腺、顎下腺または舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで</u> |
| | 風疹(三日ばしか) | 発疹が消失するまで |
| | 水痘(水ぼうそう) | すべての発疹が皮化するまで |
| | 咽頭結膜熱(プール熱) | 主要症状の消失後、二日を経過するまで |
| | 結核 髄膜炎菌性髄膜炎 | 感染のおそれがないと認めるまで |
| 第三種 | 腸管出血性大腸菌感染症 流行性角結膜炎 急性出血性結膜炎 コレラ、細菌性赤痢、腸チフス、パラチフス、異型肺炎(マイコプラズマ肺炎を含む)ヘルパンギーナ、溶連菌感染症、手足口病、伝染性紅斑(りんご病)、流行性嘔吐下痢症、感染性胃腸炎など | 病状により医師が感染の恐れがないと認めるまで |

参考資料：U12ミニラグビー競技規則 前文

〔ミニラグビーに携わる全ての皆様（コーチ・レフリー・応援者）へ〕

1. ミニラグビーとは・競技規則制定の前提

- ◇ ミニラグビーとは、ラグビーフットボールの魅力を広く普及するために作られた、幼児・児童のためのラグビー型ボールゲームです。競技規則は、これをプレーする人たちが幼児や児童(以下子ども)である、という前提に立って制定されています。

2. ミニラグビーでの最優先事項「安全」について

- ◇ 以下の点に留意して、子どもが安全にプレーできる環境を整えてください。
 - ① 子どもの年齢、体力や発達段階、天候、グラウンドコンディション等を考慮した練習・試合を計画、実施してください（特に練習や試合での水分補給については十分に注意を払うこと）
 - ② ラグビーの魅力の一つとしてコンタクトプレーを挙げる人も少なくありません。しかし、それはプレーヤーの安全性が保証された上で初めて「魅力」と呼べるものです。怪我をする、あるいは相手に怪我をさせる危険性を承知の上でプレーする、させるなどという事態があってはなりません。
- ◇ 特にミニラグビーに携わる大人は、怪我を誘発させるような行為・態度（たとえば、頭を下げて相手とコンタクトする、無防備な体勢でいる相手・体格差のある相手を力任せに突き飛ばす等）に関しては敏感であるべきです。
- ◇ ミニラグビーをプレーしたがために、子どもたちの将来が損なわれることはあってはなりません。仮にそのような事態が生じた場合、ラグビーそのものの存在も危うくなるでしょう。プレーヤーの安全確保は最優先事項であり、大人は、子どもたちの安全を保証した上でラグビーをプレーさせる義務があります。
- ◇ タックルやモール、ラック等コンタクトを伴うプレーを指導する際には、子どもの発達段階を踏まえた上で、コンタクト時の正しい姿勢を徹底させるとともに、スキル等の指導を十分に行ってください。
- ◇ 同時に、コンタクトプレーを行う際には、自分だけでなく、相手の安全の確保も大切であることをあわせて指導してください。
- ◇ 指導者は積極的に安全対策講習に参加する、試合でレフリーを行った際に他の指導者と試合中のプレーの安全性について意見交換を行うなどして、安全対策への意識を高めるよう心がけてください。

3. 用具について

- ◇ プレーヤーの安全を確保するために、用具についてIRBが競技規則で定めた以外に、以下のように定めます。
 - ① スパイクを使用する場合、プレーヤー及び指導者の靴底は非金属製の固定式スタッド及びブレードタイプのものとします。取替え式スタッドの使用は禁止します。
 - ② ショルダーパットの使用は禁止します(平成12年通達)。

- ③ マウスガードを使用する場合は、歯科医の監督指導のもとで製作されたものを使用してください。

4. 指導者（コーチ・レフリー）の態度について

- ◇ ミニラグビーは、ラグビーの普及を第一のねらいとして行われるものです。指導にあたっては、「Fight（闘志）」「Friendship（友情）」「Fair play（正しいプレー）」（以上「3F」）のコンセプトが具現化できるように指導・試合計画を立案するとともに、次に挙げるような、ラグビーの魅力・独自性を、練習や試合を通して子どもたちに体験させてあげてください。
- ◇ あらゆる体型、サイズ、能力、スキルを持つプレーヤーが参加できる。
- ◇ ボールをもって走る、パスする、キックするなど、多彩なプレーが見られる。
- ◇ プレーヤー自身がラグビー精神を理解し、フェアプレーの精神に則ってプレーを展開する。
- ◇ プレーヤー・コーチがレフリーの判定を尊重し、レフリーもプレーヤー・コーチに対し敬意を払っている。
- ◇ また、プレーだけでなく、「On Side の精神…反則をしない」「No Side の精神…試合が終わったら相手チーム、味方チームの区別なし」「For the Side の精神…チームのために」（以上3Side 精神）等のラグビー精神、ラグビー文化について、繰り返し指導してください。

5. 『ノーサイドの精神』について

- ◇ 日本ラグビー界で脈々と「ノーサイド」という言葉と精神が守り続けられてきたことが、ラグビー先進国の関係者から高く評価されています。今後も、日本ラグビーの文化を守り続けるためにも、子どもたちに「ノーサイド」のすばらしさを体感させてください。

■ コーチとして

- ◇ 試合に勝つことだけがミニラグビーをプレーする目的ではありません。「全てのプレーヤーに全てのスキルを」を念頭に、ラグビーの魅力を感じられるようにしてください。また、「自らを抑制する謙虚な心と思いやり」をもったプレーヤーを育ててください。

- ① 子どもは大人とは異なった身体的特性・精神的特性を持っています。指導にあたっては、自分の経験からだけでなく、プレーヤーの年齢や心理的、身体的発達特性を理解した上で、その時期に適した練習方法を計画してください。

- ② 小学生やその保護者にとって、コーチはラグビー精神の具現者です。

- ◇ レフリーに対して

- ◇ オフィシャルに対して

- ◇ 全てのプレーヤーに対して

- ◇ ラグビーに対して

- ◇ どのように振る舞うのが正しいのかを態度・行動によって示してください。

- ③ ミニラグビーの良いプレーは、コーチとプレーヤー、レフリーが一体となって作り上

てください。よいコーチは良い（ミニラグビーの）レフリーになれる可能性があります。どちらも体験してラグビーに関する知見を広げてください。

- ④ 試合が終わったら、必ず相手チームのコーチ、レフリーと、危険なプレー、好ましいプレー等について、共通の認識が持てるよう意見交換をしてください。
- ⑤ 試合後に子どもたちの交流がもたれている例は多くありません。「ノーサイドの精神」を養うためにも、簡単なアフターマッチファンクションやキャプテンのスピーチなどを実施し、相手チームとの友情を深める場を設けるようにしてください。
- ⑥ 応援する保護者にも、ラグビーのプレーの魅力と独自の文化を広めていってください。特に、自分のチームだけでなく、相手チームのよいプレーについても拍手を送る、あるいは、相手の失敗を喜んだりしない、といった応援のマナーもラグビーの一部であることについては、機会あるごとにすべての保護者に伝えていただきたいと思います。

■ レフリー、タッチジャッジとして

- ① 子どもたちが楽しく・正しくラグビーをプレーできる環境を作るのがミニラグビーのレフリーの役割です。したがって、ゲーム中の事実を判定するだけではなく、ミニラグビー指導者としての立場が要求されることを認識してください。
- ② レフリー・タッチジャッジは中立的立場であり、どちらのチームに対しても助言等をしてはいけません。（危険なプレー、オフサイド等の反則を予防する為の指導は除きます）。プレーヤーに戦術的・戦略的な助言はできませんが、建設的な、良いプレーをしてもらうための声かけは必要です。短く、分かりやすい言葉をかけてあげて、子どもたちがプレーを継続できるようにしてあげましょう。
- ③ ハーフタイムは、ハーフウェイライン付近にとどまるよう努めてください。試合が始まったら、コーチではなくレフリー、タッチジャッジとしての行動を優先しましょう。
- ④ プレーヤーに敬意を表するためにも、清潔でレフリーにふさわしい服装、毅然とした態度、親しみやすい言葉遣いと表情を意識してください。
- ⑤ ノーサイドを宣した後、双方のチームに対し、意欲を喚起するような励ましの言葉をかけてあげてください。
- ⑥ 試合後は、必ず双方のコーチと危険なプレー、好ましいプレー等について、共通の認識が持てるよう意見交換をしてください。

6. 応援者として

- ◇ 自分のお子さんや、自分のチームのプレーヤーへの声援はもちろんですが、相手チームのよいプレーについて賞賛してあげてください。
- ◇ プレーヤーやレフリーへの暴言は厳に慎んでください。また、相手の失敗を嘲笑したり、自分のチームのプレーヤーの失敗を罵ったりすることはあってはなりません。もし、そのような方がいらしたら、周りの皆さんが注意をしてあげてください。

参考資料：キーファクターチャート

(日本ラグビーフットボール協会 「新スタートコーチ資格認定講習会資料より」)

| プレーヤー | ゲームの原則 | ゲームの課題 | 個人スキル |
|--------------------------------|--|---|---|
| 1. フィットネス 2. スキル 3. 心の準備 | 1. コンテスト 2. 前進 3. 支援 4. 継続 5. 圧力 | 1. ボールの獲得 2. ボールの活用 3. ボールの保持 4. ボールの再獲得 | 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 |

1. ランニング

| ランニング | サイドステップ | スワープ | パス後のサポート |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・スピード ・バランス ・スピードの変化 ・方向の変化 | <ul style="list-style-type: none"> ・接近 ・脚のドライブ (強いステップ) ・逃走 (素早いステップ) | <ul style="list-style-type: none"> ・フェイント ・大きくカーブを描いて逃げる | <ul style="list-style-type: none"> ・ボールをしっかり押し出す ・一歩前が出る ・遠い方の脚をスイングする |

2. ハンドリング

| ベーシックパスの受け方 | ベーシックパスの投げ方 | スピンプス | ダミー |
|--|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・視界ーボールを見る ・ポジションーポジションに早く到達する ・手ー手を伸ばす ー肘を曲げる ー手のひらを下に向ける | <ul style="list-style-type: none"> ・指先を下に向ける ・肘を曲げる ・頭を目標に向ける ・腕をしっかり振る ・ボールの後ろにおいた指を目標に向ける | <ul style="list-style-type: none"> ・両手をボールのサイドに置く ・後ろの手でロールする | <ul style="list-style-type: none"> ・確信させる ・小さな動き ・素早い動き |
| 飛ばしパス | 内側への浮かしパス | スクリーンパス | スイッチパス |
| <ul style="list-style-type: none"> ・フラット ・デコイの手を狙う | <ul style="list-style-type: none"> ・サポートを視野に入れる ・高めのボールを出す | <ul style="list-style-type: none"> ・ドライブする ・ボールをかくす ・サポートする | <ul style="list-style-type: none"> ・角度を広くとる ・ボールをかくす ・サポートする |

| | | | |
|--|--|--|--|
| 地上にあるボールのパス | ドライブしながらのパス | ボールのピックアップ | キックのキャッチ |
| <ul style="list-style-type: none"> ・後ろ足をボールの横に ・脚を開く ・ボールを掃くようにする | <ul style="list-style-type: none"> ・ボールに体重をかける ・脚で激しくドライブする ・手首でボールを素早く出す | <ul style="list-style-type: none"> ・接近する ・両膝を曲げる ・拾い上げる | <ul style="list-style-type: none"> ・腕を伸ばす ・ボールをしっかり抱える ・ボールを守る(半身を意識) |
| セービング | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・飛び込む ・確保する ・立ち上がる ・ドライブあるいはスクリーンする | | | |

3. キッキング

| キッキング | プレースキック | チップキック | スクラムからのキック | ラインアウトからのキック |
|---|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ボールの持ち方 ・リリース ・フォロースルー | <ul style="list-style-type: none"> ・頭の位置 ・接近 ・軸足 ・フォロースルー | <ul style="list-style-type: none"> ・ボールをすくうようにする ・加速する | <ul style="list-style-type: none"> ・目標の確認 ・低い姿勢を保つ ・ボールを足に押し付ける ・小さなバックスイング、小さなフォロースルー | <ul style="list-style-type: none"> ・横向きになる ・一歩下がる ・後ろ向きになる ・高いフォロースルー |

4. コンタクト

| リップ | バンプ | スピントーン | タックル | ボール奪取 |
|--|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・接近する ・ボールにコンタクト ・ボールをもぎ取る | <ul style="list-style-type: none"> ・横向きで接近する ・かがむ ・突き上げる | <ul style="list-style-type: none"> ・前足を支えにして止まる ・スピンする | <ul style="list-style-type: none"> ・頭の位置 ・脚のドライブ ・腕の締め | <ul style="list-style-type: none"> ・上体を曲げる ・腕をボールに絡ませる ・押し上げながら前が出る ・下に引き落としてもぎ取る |

5. ユニットプレー・チームプレー

| スクラム | ラインアウト | ラインアウトの スロー | ジャンプ | ラインアウトの サポート |
|--|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・フラットポジション ・ボディポジション ・バインディング（グリップ） ・押し（抵抗） ・メカニクス | <ul style="list-style-type: none"> ・スロー ・ジャンプとキヤッチ ・サポート ・バラエティ | <ul style="list-style-type: none"> ・スタンス ・ボールの持ち方 ・投入 ・リリース | <ul style="list-style-type: none"> ・アプローチ ・伸び ・ジャンプ | <ul style="list-style-type: none"> ・コンテスト ・プロテクト ・固まること |
| ラック/モール | バックプレー | 防御 | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・サポート ・ボディポジション ・ドライブ ・ボールチャンネル | <ul style="list-style-type: none"> ・ライン構成 ・角度 ・スピード ・突破 | <ul style="list-style-type: none"> ・コンテスト ・力 ・タックル ・カバー | | |

参考資料：柏RS各役職の細則、会議体系

① 体験・見学者

- ◇ 体験希望者の受付窓口
ホームページ掲載・・・代表者
チラシ掲載・・・広報担当者（2015年度 吉田）
フェイスブック・・・広報担当者（2015年度 瀬野）
保護者の紹介・・・各代表コーチ
- ◇ 体験希望者の情報は広報担当者を集約の上、必要に応じ共有する。
- ◇ 飛び入りの見学者も見逃さず声掛けし体験参加を促す。

② 新規入会者

- ◇ 入会書・会費の受付は会計担当者にておこなう
- ◇ 代表者、会計担当者は所定の手続きをおこなう
- ◇ 名簿更新し、渉外、主務、広報係、ユニフォーム係、代表コーチ、父母会会長で情報共有する（個人情報につき、情報の取扱いには細心の注意を払う）
- ◇ 保護者連絡先を代表コーチへ引き継ぐ
- ◇ ユニフォーム係は試合用ジャージの貸与、ヘッドキャップ、ソックス等用具の購入について説明する
- ◇ コーチの入会者については広報担当者にてコーチメール（メーリングリスト）の登録をおこなう

③ コーチメール（メーリングリスト）利用規定

- ◇ 広報担当者にて新規登録、削除の設定をおこなう
- ◇ 広報担当者はリストを管理し代表者と共有する
- ◇ スクール運営上必要なメールを発信する
- ◇ 発信時間は原則7：00～23：00とする。尚、緊急時はこの限りではない
- ◇ データ容量制限があるため、ファイルの添付が必要な場合は代表者に依頼する

④ ホームページ

- ◇ メインページは広報担当者にて更新し、常に最新の情報を提供し、活気あるスクールであることをアピールする。（限定されたパソコンからの更新作業となるため即効性が必要な情報の配信には不向きである）
- ◇ 「活動記事」は各カテゴリーにて活動日ごとに記載する
- ◇ 「予定のお知らせ」は週中頃（水 or 木）に週末の予定を投稿する。携帯電話などで外出先から書き込み可能なので、雨天中止などの連絡はこのページに投稿する

⑤ フェイスブックページ

- ◇ 外部への広報ツールとして活用する。
- ◇ 週中頃（水 or 木）に週末の予定を投稿し、活動日には報告を簡単に掲載する。
- ◇ 最新の情報を提供し、活気あるスクールであることをアピールする。
- ◇ 雨天中止などの連絡はこのページにも投稿する

⑥ 雨天判断

- 高田小

- ◇ 代表・渉外・主務の3者にて、前日の天候、天気予報及びグラウンドコンディションを総合的に判断し、中止の場合は速やかにメール配信をおこなう。(広報担当者はフェイスブックとHP予定のお知らせに掲載する)
- ◇ 前日の大雨等でグラウンドコンディションが心配される際は、代表及び主務にてグラウンド管理者へ確認をおこなう。
- ◇ グラウンドコンディションの現地確認をおこなう場合は練習開始の1, 2時間前に渉外と主務にておこなう。
- ◇ 積雪や台風などコンディションの悪化が確実な場合は前日に判断することもありうる。
練習中に雨が降り出した場合は代表・渉外・主務にて、気温や雨量を総合的に判断しその場で中止の判断をする。
- ◇ 雷鳴が聞こえたら中止とする。

○東大グラウンド

- ◇ 基本的には高田小と同様であるが、より芝生管理が厳しいことを認識しておく。
- ◇ 前日までの雨量により、当日晴れていても使用禁止となることがあるため、他スクールをお招きする場合は特に注意を要する。

○遠征

- ◇ 主催者の判断を尊重し、中止の場合は速やかにスクール内にメール配信する。
- ◇ 小雨実施の際は体調管理に留意し、個人ごとの判断も尊重する。

⑦ 皆勤賞、精勤賞規定

- ◇ 皆勤賞、精勤賞は前年4月末(GW前)～2月末までの出席状況を確認し、皆勤賞は全出席、精勤賞は欠席3回までとする。但し、練習の出席対象日は土曜日、祝日は除外、インフルエンザやノロウィルスなど感染性疾患で欠席の場合は学校の基準と同様、除外とする。 運動会、授業参観等の学校行事も除外とする。

⑧ 倉庫管理

- ◇ 常に整理整頓を心がけ、利用しやすいよう収納する。私物は置かない。学校時間外は利用禁止。
- ◇ カギは高田倶楽部クラブハウスと各カテゴリーの用具係りにて管理する。

⑨ スクール会議体系

- ◇ 全体コーチ会議：所属コーチ全員、年3～4回開催
- ◇ 代表コーチ会議：代表、渉外(正/副)、主務(正/副)、会計(正/副)、広報、代表中期計画策定、中間報告、突発的事象に対応する為必要に応じに開催
- ◇ コーチ朝礼：代表コーチ会議のメンバー+αにて、練習前の朝礼、コーチ配分等調整
- ◇ コーチミーティング(当日参加者)：練習後のミーティング、事務連絡事項の確認
- ◇ 保護者ミーティング(検討中)

参考資料：スポーツ安全保険について、脳震盪について

柏ラグビースクールの生徒及びコーチはスポーツ安全保険に加入しています。

【(財) スポーツ安全協会千葉支部 <http://www.sportsanzen.org>】

保険適用範囲等、詳細は上記ホームページをご覧ください。

掛金・・・子供 800 円/年、コーチ 1850 円/年（年会費に含む）

※上記金額は毎年変動がございます。 上記はH28 年度での参考価格

範囲・・・団体活動中とその往復中に急激で偶然な外来の事故により被った傷害

傷害保険 保険金額については、以下をご参照ください。

http://www.sportsanzen.org/hoken/kubun/kubun_i.html

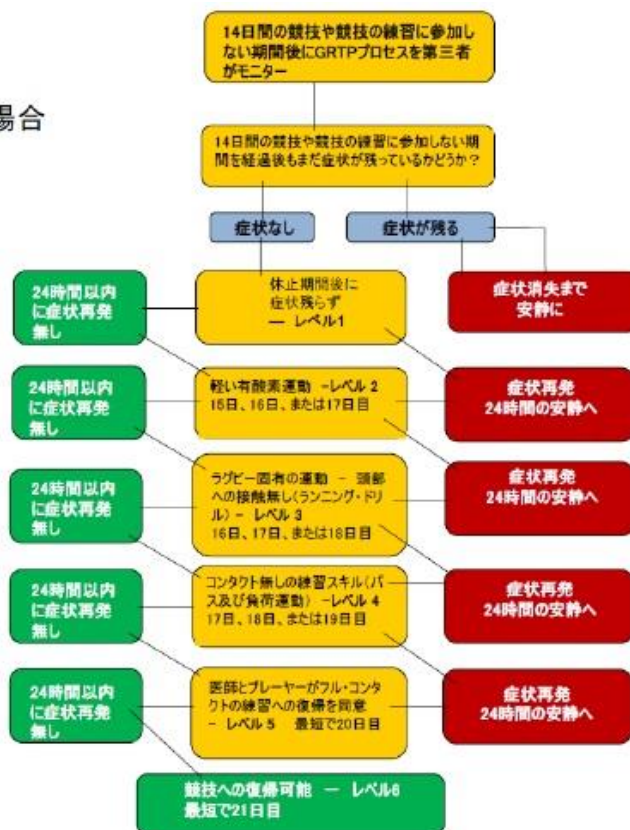
脳震盪

脳震盪及び脳震盪と疑われる症状が出現した場合は速やかに医療機関を受診し、診断結果に関わらず、受傷から14日目まで心身の完全な休養をとり、以降「段階的競技復帰プログラム」に従い段階的にリハビリをおこなう。紅白戦含めた試合出場には医師とプレーヤー本人の同意を必要とする。

ラグビー協会へ報告書や申請書等の作成・提出は代表者にておこなう。

※証明書作成協力病院 すこやかクリニック 千葉県柏市布施 1095-22 04(7135)2610

段階的競技復帰 医師が管理しない場合



参考資料・・・脳震盪を起こした方への手引き【UNDER19 用】

傷害見舞金制度

脳震盪含め、けがをした場合には一定の手続きをした上で、見舞金を受け取れる制度があります。（(財)日本ラグビーフットボール協会登録者見舞金制度）

ラグビー協会へ報告書や申請書等の作成・提出は代表者にて行う。

<http://www.rugby-japan.jp/about/mimaikin.html>

マウスガード

柏ラグビースクールではマウスガードの着用をお勧めしています。

マウスガードの効用

- 口唇の裂傷を防ぐ
- 歯の破折・脱臼を予防する
- 顎の骨の骨折を防止する
- 脳しんとうを防止する

※マウスガード相談歯科医院

なかよし歯科医院 柏市明原 4-12-21 04-7145-3375

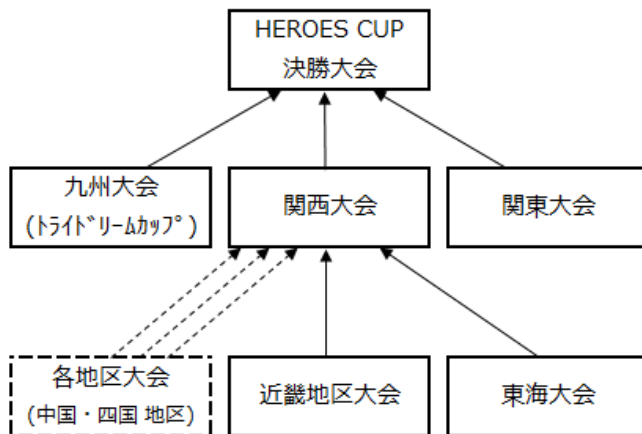
(案内文) <http://kashiwa-rugby.kids.coocan.jp/mausuga-donakayosisika.pdf>

＜4年毎更新資料＞：柏ラグビースクール小学部中期計画

＜中期目標：2015年度～2018年度（4ヶ年）＞

- Aチーム（6年生）が出場することの出来るヒーローズカップ関東大会において、ブロック優勝、本大会出場を目指す
(http://www.npo-heroes.com/index.php?option=com_wrapper&Itemid=83)
- 柏ラグビースクール小学部スタッフ及びA、B、C、D全てのカテゴリーは、上記目標達成を目指し、人員構成、求められるスキル習得を常に意識して年間計画を策定し運営に当たる
- 以後、柏ラグビースクール小学部は継続的に本大会に出場できる実力を有し、関東地区の常連を目指す
- 4ヶ年の最終年度（2018年度）に次中期目標の策定を行いスクールの継続的發展を目指すものとする

第7回 大会構成



＜中期目標策定について＞

- ワールドカップ年（初年度2015）、4年周期でスクールの状況に鑑みて見直しを行う
- 基本的にスクールが継続成長（拡大）することを前提とし、現状維持や停滞は意識しない
- 中期目標策定メンバーは新年度の代表、渉外【正、副】、主務【正、副】、会計【正、副】広報、代表コーチとする
- 子供達、ご父兄に実感でき、達成可能なスクール全体で共有できる具体的目標を策定する
- 2015年度時点では6年生向けヒーローズカップを対象として、スクール全体のモチベーション向上をはかる

- 目標策定に際しては、ラグビースキルのみならず、スクール運営など強豪スクールの情報収集、分析・評価を怠らない
 - 目標達成の施策については、ラグビースキルのみならず、以下にあげる項目（追加修正もありうる）について都度、評価・検討を行う
- ① スクール生の継続的獲得、底辺拡大：広報活動、HP掲載、協会活動の在り方
 - ② コーチの継続的獲得と定着率向上：新規コーチ勧誘と定着率の向上
 - ③ スクールの質向上、コーチ資格取得推進：目標達成のためのスクールの質向上
 - ④ 活動計画、活動範囲：方向性、目標達成のための活動計画、活動範囲
 - ⑤ 中学部との一貫指導：方向性、目標に沿うあるべき関係を検討
 - ⑥ グランド、高田倶楽部との関係：同上 あるべき活動場所を検討
 - ⑦ 資金調達：同上 あるべき資金調達手段、適正な会費など適宜協議
 - ⑧ 協会、近隣地域との関係：同上 あるべき関係を適宜協議
 - ⑨ 運営体制と役職：同上 あるべき体制、役職を適宜協議

| 役職 | 正担当 | 副担当 | 備考 |
|---------|-----|---------------------|----------------------------|
| 代表 | | | |
| 規律向上 | | | |
| 渉外兼代表補佐 | | | |
| 主務 | | | |
| 会計 | | | |
| ライセンス推進 | | | |
| ユニフォーム | | | |
| 広報 | | | |
| ウォームアップ | | | |
| 女子ラグビー | | | |
| A代表コーチ | | 6年HC 5年HC 副代表 | 毎週CDチーム へコーチを 派遣すること |
| B代表コーチ | | 4年HC 3年HC 副代表 | |
| C代表コーチ | | 2年HC 1年HC 副代表 | |
| D代表コーチ | | | |

＜年度更新資料＞：柏ラグビースクール年間スケジュール概要

| 2018年 | 日程、イベント、場所等 | 対応者 | 備考 |
|-------|---|-------|---------------------------------|
| 4月 | 4月初旬 コーチ会議（第1回） @県民プラザ | 全員 | 新体制、年間スケジュール、 方針共有、ウォームアップ確認 |
| | 4月初旬 コーチング研修会（練習後） コンプライアンス研修（練習後） | 全員 | タックルプロジェクト含む |
| | 4月中旬 千葉県協会総会、安全推進講習 4月中旬 C級レフリー認定講習会 | 二名程度 | |
| 5月 | 5月初旬 ミニラグビー講習会@印西平岡 | 希望者 | 申し込み要 |
| | 5月初旬 ヲチラグビー 千葉県大会 | 希望者 | 出場有無を都度決定 |
| | 5月中旬 春の練成会@印西 | 全員 | 決定 |
| | 5月下旬 交流戦（年度ごと調整） | | 保留 |
| 6月 | 6月中旬 交流戦（年度ごと調整） | | |
| | 6月下旬 春の常磐ダービー | | |
| 7月 | 7月未定 コーチ会議（第2回） | 全員 | 秋以降の交流戦他調整 |
| | 7月上旬 千葉県ラグビー祭り@印西 | 希望者 | 出場有無を都度決定 |
| | 7月中旬 交流戦（年度ごと調整） | | |
| | 7月中旬 C級認定講習会（学科） | 希望者 | |
| | 7月下旬 千葉協会ミニラグビー指導者講習会 | 希望者 | |
| | 7月下旬の土日 夏合宿 | | 浪川荘@山武市が通例 |
| 8月 | 8月下旬 レフリー指導者講習会 | | |
| 9月 | 9月上旬 交流戦（年度ごと調整） | | |
| | 9月中旬 常総交流戦 | | |
| 10月 | 10月上旬 交流戦（年度ごと調整） | | |
| | 10月下旬 秋の練成会@印西 | | |
| 11月 | 11月初旬 三郷交流会 | | |
| | 11月中旬 NECカップ@NEC 我孫子 | | 予選、決勝と二週 |
| | 11月下旬 トップリーグ柏の葉イベント@柏の葉 | | |
| 12月 | 12月未定 ヒーローズカップ関東大会 | | Aカテゴリ（6年メイン） |
| | 12月未定 トップリーグイベント@フクアリ | | 交流戦できる場合あり |
| 2018年 | | | |
| 1月 | 1月未定 コーチ会議（第3回） | 全員 | 次年度体制他 |
| | 1月中旬 交流戦（年度ごと調整） | | |
| 2月 | 2月下旬 スクール委員会総会 | 代表副代表 | |
| | 2月未定 関東協会ミニラグビー指導者講習会 | 希望者 | |
| | 2月下旬 冬の常磐ダービー | | |
| 3月 | 3月上旬 シャイニングアークスカップ | | Aカテゴリ（6年メイン） 予選（2月）、決勝と二週 |
| | 3月中旬 ウィンターカップ | | |
| | 3月末 修了式@県民プラザ | | |
| | 3月末 常総祭@守谷前川製作所 | | |