

第8章 段階別の指導目標と内容

— 中学年（小学校3～4年程度） —

1. 指導目標

中学年での指導目標としては、次の二つが上げられます。

- (1) やや組織的なゲームが出来る
- (2) フェアな態度を育てる

そしてこの目標を達成するためのより具体的な目標として、次の三つが上げられます。

- ① 個人スキルを理解させ、その習得をはかる
- ② チームを構成するユニットとその役割を理解させる
- ③ 自らルールを守り、レフリーに従う態度を学ばせる

中学年は動作の習得が最も盛んな時期です。この段階では、将来の礎となる個人スキルの習得が第一の目標となります。また、自己中心的であった低学年に対し、中学年になると仲間と協力して物事を遂行することが可能になります。そこで、チームはいくつかのユニットによって構成され、それぞれのユニットには基本的な役割があること、そしてチームがうまく機能するためには協力が必要なことを理解させるとともに、基本的なユニットプレーの習得をはかります。このためには低学年から一歩進んだゲームを準備する必要がありますが、それが9人制のミニ・ラグビーである必要はありません。ここでは低学年の4対4のゲームから一歩進んで7人制のゲームを想定し、より組織的なゲームができるよう子ども達を導くための指導を考えます。低学年ではチームの第一の原則である「前進」の理解を促しましたが、中学年では味方を「サポート（支援）」し、攻撃を「継続」というもう二つの原則を理解させます。

2. 指導内容

- (1) 個人スキルの理解とその習得をはかるためには

個人スキルとして、低学年ではランニングとハンドリングが主たる内容

でしたが、中学年ではラグビーにはランニング、ハンドリング、コンタクト、キッキングという四つの個人スキルがあることを理解させ、その習得をはかります。そのためにはグリッドやチャンネルを使った練習を工夫し、子ども達に多様な練習機会を提供します。低学年から始めた子ども、中学年から始めた子、発達の良い子・悪い子、運動能力の高い子・低い子等、いろいろな子どもがいます。指導者は一人ひとりをよく見極め、練習の工夫とともにグルーピングにも気を配り、きめ細かい指導で個人スキルの習得・向上に努めなくてはなりません。

(2) チームを構成するユニットとその役割を理解させるためには

一般的にチームは、FW及びBKの二つのユニットに分けられます。しかしゲームでの機能を考えると、BKの中でもHBとそれ以外のBKには違いがあることが容易に理解されるでしょう。つまりチームはFW、HB、BK（HB以外のBK）の三つのユニットからなり、それぞれボールゲッター（ボール獲得役）、リンクプレーヤー（つなぎ役）、ペネトレイター（突破役）としての役割を担っているのです。これを理解させるためには、低学年よりやや組織的なゲームを準備します。そしてゲームへ向けての練習過程において、それぞれのユニットを構成するポジション、そのポジションに求められるスキル（ポジショナルスキル）を理解させ、練習します。しかし、決してポジションの早期固定、専門化をはかってははいけません。すべてのプレーヤーにすべてのユニットを経験させます。この経験は、子どもがラグビーを継続し、最終的にどのようなポジションにつこうとも、大きな財産になるはずで

(3) 自らルールを守り、レフリーに従う態度を学ばせるためには

スキルの向上、ゲームの組織化に伴って、徐々にいろいろなルールを導入していきますが、低学年で見られがちな「他人のルール違反は指摘できても自分ではそのルールを守れない」というのではなく、自ら積極的にルールを守る態度を養うとともに、ルール違反を指摘されたら潔くそれを認められるような指導が必要です。またゲームにはレフリーが存在し、たとえ自分が正しいと思ってもレフリーの判定に従わなくてはならないことを学ばせることも重要です。このためには、日頃から「ルール遵守」、

「レフリー絶対」を子ども達に訴え続けなくてはなりません。そしてなにより重要なのは、指導者自身がルールを守りフェアな態度を示すことで子ども達を導くことです。この時期には、興奮のあまり時として好ましくない行動や言動がおこることがあります。そのような場合、指導者は速やかに対応しなくてはなりません。

3. 練習内容

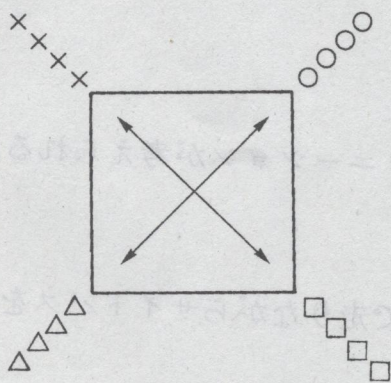
以下に提示するのは、7対7のやや組織的なゲームを楽しく活発に行うために必要とされるスキルとその練習内容ですが、これらはいくまでも例であり、基本的には指導者が自分の目の前にいる子ども達をよく理解し、適切な練習内容を考え、創造していかななくてはなりません。なお、中学年でグリッド練習を行う場合、その大きさは7mが適当と思われます。また、チャンネルを使う場合やゲームを行う場合は、練習の目的を達成できるよう長さ・広さをよく考えなくてはなりません。

(1) 個人スキル

① ランニング

低学年がボールを持って勢いよく走ることを主眼においたランニングであったのに対し、中学年では相手を意識した対応動作としてのランニング、巧みなランニング、考えるランニングを主眼においた指導を考え、コースやペース（スピード）を自ら変えることが出来るよう導きます。

練習1 直線交差（対角に向かったのダッシュ）



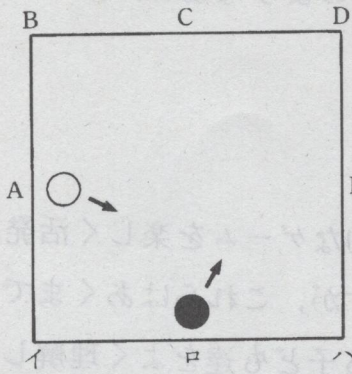
グリッドの各コーナーに4～5名のプレイヤーが、ボールを持った者を先頭にグリッドの中心を向いて一列に並ぶ。指導者の合図で、ボールを持ったプレイヤーは対角のコーナーを目指して一斉にスタートする。グリッドの中心付近を他のプレイヤーとぶつからないように走り抜け、対

角のコーナーでボールをパスする。パスを受けたプレイヤーは同様の動き

を繰り返す。

(注：第6章で示したように、この練習方法にはいろいろなバリエーションが考えられる。)

練習2 2対1



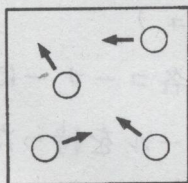
低学年でトライゲームⅡとして述べられたのと同様の練習。ここでは引き出したい相手を抜くランニングスキル(スワープ、サイドステップ等)に応じて指導者が攻撃者、防御者の位置関係を工夫する。

イ・ロ・ハ 攻撃者のスタート位置
A～E 防御者のスタート位置

② ハンドリング

低学年が静止した状態での確実なボールの受け渡しを第一に考えたのに対し、中学年ではダイナミックな動きの中でのパスとキャッチが確実にできるように指導します。低学年でもノックオン・スローフォワードが反則であることは習熟度に応じて指導されますが、中学年では技術的な指導と共により明確な理解を促し、最終的にラグビーがハンドリングに関しては180度のゲームであることを悟らせます。

練習1 ラウンドパス ラウンドパス



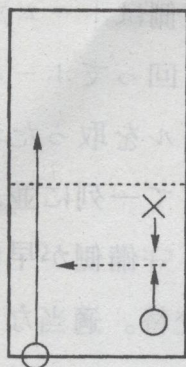
4人一組でグリッド内を自由に動きながらパスを繰り返す。

(注：この練習方法も多様なバリエーションが考えられる。)

練習2 ランニングパス

チャンネルを活用し、4人で走りながらサイドパスを行う。

練習3 2対1



2対1の状況で相手を引き付け、ノーマークプレイヤーにパスする。攻撃側がボールを持ってゴールラインに走り込めば得点とし、防御側は両手タッチでこれを阻止する。

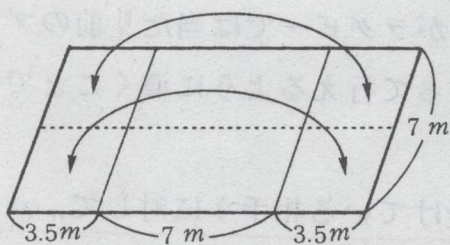
③ キッキング

低学年ではミート感覚を養うことを中心に指導しましたが、中学年ではパントキックである程度の距離を正確に蹴れることを目指し、あわせてキックされたボールのキャッチング（高いボールのキャッチング）のスキルの向上をはかります。

練習1 ロールキック

2人一組で7mの間隔をおいて向かい合い、長軸を横にしてボールを保持した状態から相手の胸にボールを蹴る。ボールの中心をとらえることを指導する。

練習2 パントキック



グリッドを隔てて2人一組で向かい合い、目標地域内に正確にボールを蹴る。

7mグリッドを二つ連結し、これを縦割りに二分割することで縦長のグリッドを作る。このグリッドの両端から3.5mの地域を自分の陣地としてそれぞれ1人ずつ入る。

キックする者は相手陣にノーバウンドでボールが落ちるように蹴る。一方キックを受ける者は自陣内に蹴られたボールを確実にキャッチし、相手に蹴り返す。キャッチングの練習でもある。