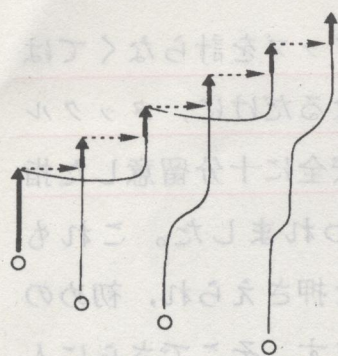


練習3 ループパス



4人一組となり，ランニングパスの要領で並ぶ。端のプレイヤーがボールを持ってスタートし，隣のプレイヤーにパス。パスをしたら直ちにそのプレイヤーの外に回り込みパスを受け，さらに外のプレイヤーにパス。同様の動きで反対端にきたら，今度は反対側へパスを返し，同様の動きを繰り返す。

③キッキング

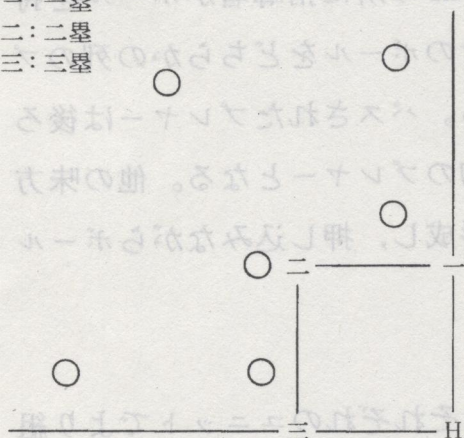
高学年になると，子ども達のキック力も大きく向上しますが，力まかせに蹴るのではなく，狙ったところに蹴れるよう指導します。パントでは，正しく落とし，ボールの中心を正確なミートが出来るようであれば，スピンキックを指導してもよいでしょう。また，蹴ったプレイヤーあるいは味方のプレイヤーが再獲得できるような小さなキックがあることを知らせるのも重要なことです。子どもの興味・能力に応じて，ゲームの開始・再開の手段としての，あるいは得点手段としてのプレースキック，ドロップキックも，この段階で指導されるべきです。

練習1 スピンキック

2人一組で8mの間隔をおいて向き合い，ボールを蹴り足の甲に合うように落として相手に蹴る。ボールを正しく足の甲に落とせば，自然にスピンの生じることを理解させる。

練習2 キックゲームⅡ (キックベースボール)

H: ホーム
一: 一塁
二: 二塁
三: 三塁



6人一組になる。攻撃側はホームからボールを蹴り，一塁へ走り，一塁上にあるボールを拾い上げダイヤモンドを一周する。守備側は蹴られたボールをノーバウンドでキャッチするかパスをつないでホームへ運ぶ。キッカーが早ければ1点，守備側が早ければ1アウト。3アウトで攻守交替。適当なイニングを行う。

(注：ルールをいろいろ変更して実施することが可能である。)

④ コンタクト

タックルは、中学年からさらに発展させてシェイプアップを計らなくてはなりませんが、子どもの体重が増え、スピードが早くなるだけに、タックルするプレイヤーに対してもされるプレイヤーに対しても、安全に十分留意した指導が望まれます。中学年では、ボールリッピングが扱われました。これもルールのにはモールですが、高学年では相手にボールを押さえられ、初めの二人でボールを出すことが困難となる場面も多く現れます。そこでさらに人数が加わったモールを練習します。その際重要なのは、チームとしてどのようなモールを作るのかに関し、意思統一がなされていることです。なお、高学年でもラックは特に扱う必要はないでしょう。

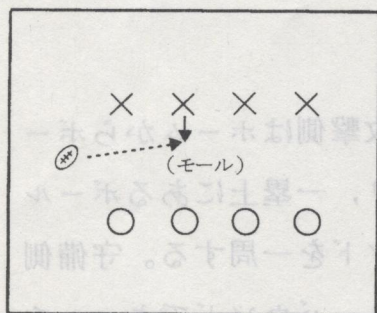
練習1 フロントタックル

タックルする者はしゃがんだ姿勢で持ち、走り込んでくる相手をタックルする。相手の勢いを利用して、相手を引き込みながら体をターンして倒すのであって、相手を仰向けに倒そうとするのではない。

練習2 リアタックル

タックルする者はしゃがんだ姿勢で待ち、その横を後ろから走り過ぎようとする相手にタックルする。

練習3 モール



4人一組となった二組が、横一列に並んでお互いに向かい合う。相手との間隔は1m。向かい合った2列の間、端から50cmの所に指導者がボールを持って立つ。指導者はそのボールをどちらかの列のプレイヤーに軽くパスする。パスされたプレイヤーは後ろを向き、モールの最初のプレイヤーとなる。他の味方プレイヤーはモールを形成し、押し込みながらボールを出す。

(2) ユニットスキル

ミニ・ラグビーの完成を目指し、高学年ではそれぞれのユニットでより組織化されたユニットスキルの練習・習得が計られなくてはなりません。

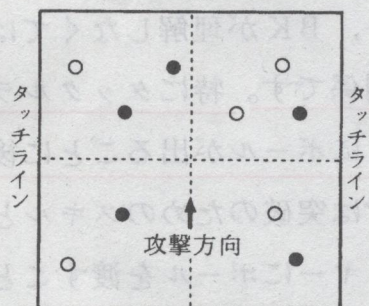
①FW（ボールゲッター）のスキル

高学年でのFWのスキルとしては、まずスクラムで4対4の安定したミニ・スクラムが組めるように指導します。その際、注意を払わなくてはならないのは、ボディポジション（ヘッドポジションを含む）、フットポジション、バインディングといった点です。また、ボールチャンネルを明確にして、SHとフッカーとの関係で、意図したチャンネルからの早いボール出しを心がけさせます。一方ラインアウトでは、形成が素早く出来るように指導すると共に、スローワーのトーピド・スローをシェイプアップし、スローイングの正確さの向上を計ります。またジャンパーには、タイミングのよいジャンプとキャッチを促します。

練習1 ミニ・スクラムとフッキング

10人一組となり、4対4のスクラムを組む。一人がSHとなり、ボールを入れる。残りの一人はフッキングされたボールをすぐにSHに戻し、SHは再びボールを入れる。3回フッキングしたら交代。

練習2 ラインアウト



グリッドを4つ連結し、予め攻撃方向（タッチライン）を決めておく。10人（2グループ）でラウンドパスを行い、笛の合図でその時ボールを持っていた者をスローワーとして、スローワーの近い方のタッチラインでラインアウトを形成し、これにSHがつく。スローワーがボールを投入し、SHに出たら再びラウンドパスを開始する。これを繰り返す。慣れるまでは、投入側がボールを獲得する（捕り合わない）。

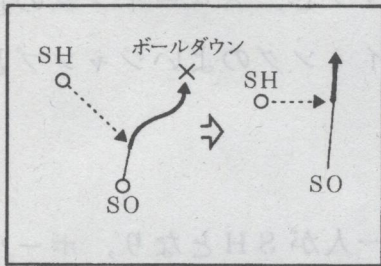
②HB（リンクプレーヤー）のスキル

SHのパスは中学年ですでに扱われましたが、高学年ではさらにダイブパス、そして子ども達の興味、習熟度に応じてスピンパスを指導します。また、HBのより密接な関係を計り、あわせてゲームメイカーとしての役割の理解を促します。

練習1 スピンパス

1対1で向き合ってパスする。間隔は6m。初めはボールの長軸を横にして手のひらに乗せ、片手でボールを持った状態からパスする。慣れてきたら地上にボールを置き、同じように片手パス。それに慣れたら、反対側の手を軽く添える。

練習2 HBの連係

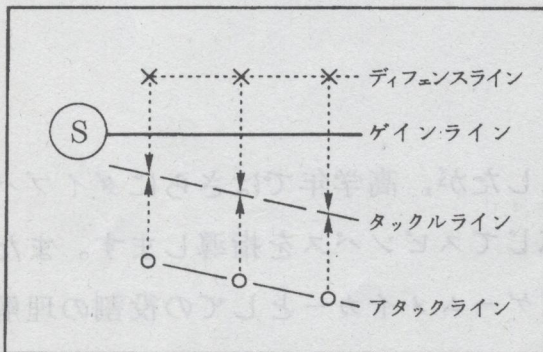


SHはSOにボールを出す。SOはそのボールを持って少し走り、地上にボールを置き、そのボールに対してポジションをとる。SHはSOの合図で再びボールを出す。これを繰り返す。SOは軽くボールを蹴ってもよい。また、ポジション、ボールに走り込むスピードもいろいろと変える。

③ BK (ペネトレーター)のスキル

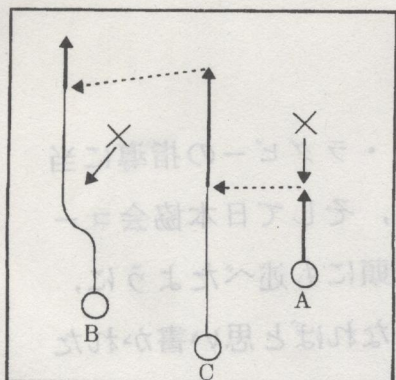
防御側のプレッシャーが強くなる高学年で、HB、BKが理解しなくてはならないのは、タックルラインとゲインラインの関係です。特にタックルラインの意識を持たずに単純にボールを回すと、BKにボールが出るごとに後退するといったことが起こりかねません。中学年では突破のためのスキルとして、ノーマークプレーヤーを見つけ出し、そのプレーヤーにボールを渡すことを考えましたが、高学年では自分達の動き出しでノーマークプレーヤーを作り出し、そのプレーヤーにボールを渡すという突破のスキルを指導します。

練習1 タックルラインとゲインライン



スクラムを想定して、二組のBK(SOを含む)の片方が攻撃ライン、もう片方が防御ラインをひく。コーチの合図でお互いに歩き出し、トイメン同士がぶつかった所で止まる。これを何度か繰り返すことで、タックルラインとゲインラインの関係を理解させる。

練習2 2 + 1 対 2



2対2の状況でオーバーラッププレーヤーを導入する。まずAは、自分のマークに流れずに真っ直ぐ向かい、十分引き付けてCにフラットパスをする。Cは、トップスピードでフラットパスに走り込む。Bは自分のマークを引き付け、Cに走り込むためのスペースを与えるために、Cが走り込んでくるときに少し外に開く。

(3) チームスキル

プレーヤーが今まで述べてきた個人スキル、ユニットスキルを確実に身に付けていれば、そのチームはチームとしてのあらゆる可能性を持っていると言えるでしょう。チームとしてどのように動き、どのようなゲームを意図するかのイメージをプレーヤー達が共有するためには、当然チーム練習が必要です。チーム練習では、初めは相手なしチーム練習を行い、それから徐々に相手（プレッシャー）を加えて行きます。そして最終的にはゲームでチームスキルが試されることとなります。

(4) ゲーム

低学年では4人制ラグビー、中学年では7人制ラグビーを目指し、その過程で数多くの練習そして簡易ゲームが示されてきました。高学年においても同様に多くの練習が示されました。これらはほんの一例と考えるべきですが、これらの積み重ねの上に、小学生期の最終的な到達目標として9人制のミニ・ラグビーがあります。ぜひ子ども達に、ランニングとハンドリングを基調にした自由に創造性豊からラグビーを楽しんでもらいたいものです。

（竹本謙治，森田邦昭，山道信之，淀川幹夫）