

大阪クラス報告書

協力団体

近鉄ライナーズ



【大阪クラス】29人（男17人、女12人）

協力団体：近鉄ライナーズ ※アカデミー校（1年目）

2019年度のワールドカップ開催都市である大阪府東大阪市での開催。コーチ部門としては近鉄ライナーズにお願いをした結果、メインコーチをOBの南条氏が務めることとなった。OB人材の活用というスタイルは本事業の狙いの一つでもあるので、その点において成果であった。また、アシスタントコーチを射手矢氏（女性）が務めたことで、女子のプレーヤーが多く参加したことも成果であった。



募集要項

【プログラム内容】 ラグビーの基礎的なトレーニングを楽しく！

【指導者】

メインコーチ 南條 賢太 (指導者資格：日本ラグビーフットボール協会強化コーチ・World Rugbyレベル 1,2)

アシスタントコーチ 竹田 良信 (Hanazono athlete academy コーチ) ・射手矢なずき (樟蔭東学園女子ラグビー部 コーチ) ・近鉄ライナーズ選手

【実施期間】

2015年10月6日～2015年12月15日(全12回)

【開催時間】

18:00～20:00

【開催日程】 (火曜日および月曜日)

10月6日(火) ・ 13日(火) ・ 20日(火) ・ 27日(火)

11月2日(月) ・ 9日(月) ・ 16日(月) ・ 24日(火) ・ 30日(月)

12月1日(火) ・ 8日(火) ・ 15日(火)

【実施会場】

東大阪市花園ラグビー場 練習グラウンド(第1グラウンド北側に集合) ※〒527-0923
東大阪市松原南1-1-1 (MAP)

[1] 近鉄奈良線「東花園」駅から徒歩約10分

[2] 近鉄けいはんな線「吉田」駅から徒歩約15分

[3] 車で阪神高速13号東大阪線水走出口から約10分
駐車場 (20台)

【対象】 小学6年生～中学3年生の健康な男女。ラグビー経験の有無は問いません。

【参加費】 無料 (別途、保険料800円をご負担ください)

※参加者は放課後ラグビープログラム終了後にアンケートにご協力下さい。

※開催日2日前までにお申し込まない場合、保険の適用が間に合いませんのでご注意ください。

※所属チームの練習がある場合は、そちらの練習を優先して下さい。

【定員】 約30名程度（先着順）

【参加に必要なもの】

保険証（コピー可/提出不要）

保険料800円（初回時）

運動できる服装、練習中の飲み物、運動できる靴（トレーニングシューズなど）、着替え、元気

※更衣室とシャワーがご利用いただけます。

※ラグビー場室内（廊下、ロビー、便所、更衣室）ではスパイクで歩いたり走ったりしないでください。

※ラグビー場内への飲食物やたばこ等の持ち込みはできません。

【注意事項】

原則として雨天決行。

荒天時・災害時等、状況に応じて中止となることがあります。

※中止の場合のみ、当日の15時までに開催情報ページにてお知らせします。各自でご確認ください。

大阪クラスコーチ紹介

大阪クラス(2015年度)の指導者

メインコーチ：南條 賢太（日本ラグビーフットボール協会強化コーチ・World Rugbyレベル 1,2）

アシタントコーチ：竹田 良信（Hanazono athlete academy コーチ）／射手矢なずき（樟蔭東学園女子ラグビー部 コーチ）

サポートチーム：近鉄ライナーズ

【南條コーチから皆さんへ】

芝生のうえで楽しい時間を過ごそう！タグからラグビーへ！花園から世界へ！



【メインコーチ・・南條賢太プロフィール】

指導者資格

日本ラグビーフットボール協会強化コーチ資格

World Rugby レベル1、2

経歴

東大阪市立玉川中学校、大阪工業大学高校（現：常翔学園高校）、明治大学

1995年～2008年 神戸製鋼コベルコスティーラーズ

2009年～2010年 近鉄ライナーズ

2012年～2014年 六甲ファイティングブル

日本A代表、日本選抜、U23日本代表、学生日本代表、高校日本代表

現在

ラグビーのまち東大阪アドバイザー

日本ラグビーフットボール協会リソースコーチ

【サポートチーム】

近鉄ライナーズ



【その他の協力団体】

東大阪市

大阪府ラグビーフットボール協会

Hanaozono athlete academy

樟蔭東学園女子ラグビー部

大阪クラスレポート

【2015大阪クラス】第1回レッスンレポート（2015年10月6日）

東大阪市花園ラグビー場において、第一回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

大阪クラスは申し込み多数で募集締め切り後も参加の問い合わせが多く、東大阪市の普及活動やラグビーW杯効果もその一助になっていることを強く感じました。今回は数名の欠席者があったものの、レッスンをサポートしてくれる高校生たちや生徒の保護者、各種関係者と大勢の人で賑わう中で大盛況のうちに終えることができました。

大阪クラス参加者の実態としては

- ・ ラグビー経験者が多い
- ・ 男女の割合がほぼ半々
- ・ 数名の未経験者

であったことから、子どもたちの心にラグビーが根付くように

- ① 未経験者（ボトム）に合わせた指導（コーチング）を実施する（経験者は復習・再認識として）
- ② 安全かつゲーム要素が多分に含め、なおかつ楽しみながら運動量を確保する
- ③ 全ての参加者（生徒・保護者・関係者）が楽しさを体感できるような声かけによる雰囲気をつくる

などをテーマにして指導計画（プランニング）をつくり、それに基づきレッスンを実施しました。

本レッスンに参加したスタッフは、南條、竹田、射手矢、坪井（近鉄ライナーズアシスタントコーチ）のコーチ陣と、才田、福地、宮田（近鉄ライナーズ選手）の選手たち、その他に樟蔭東学園女子ラグビー部の3人の女子ラグビー選手たちがサポート役（給水係など）としてレッスンが円滑に実施できるようにと協力してくれました。

また、本市の取り計いにより、市内ケーブルテレビ市政広報番組と、読売新聞社からの取材を受けました。

大勢の保護者や関係者が見守るなか、終始笑顔の子どもたちが青々とした芝生の上で生き生きと動き回る姿があり、レッスンに携わったスタッフも笑顔で本レッスンを終えることができましたことをここに報告します。



【第1回練習メニュー】

- 1、開校式
- 2、ジョギング&ナンバーゲーム (W-UP)
- 3、ダイナミックストレッチ (ペア)
- 4、エスアイ& ゲームオブタグ (ペア)
- 5、ゲームオブタグ (チーム)
- 6、1対1 (ミニゲーム)
- 7、3対3 (ミニゲーム)
- 8、テクニック指導
- 9、7対7(ミニゲーム)
- 10、クロージング

メインコーチ 南條

アシスタントコーチ 竹田、射手矢、坪井 (近鉄ライナーズアシスタントコーチ)

サポートチーム 近鉄ライナーズ選手 (才田、福地、宮田) / 樟蔭東学園女子ラグビー部員

【2015大阪クラス】第2回レッスンレポート（2015年10月13日）

東大阪市花園ラグビー場において、第2回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは第1回とほぼ同じスキームを使いながら、各メニューを実施するスペースを広げて前回以上の運動量を確保しつつ、適所でのキーポイントを導入しました。

ミニゲームの中では前回同様にタグを利用しながらチーム（3～6人）で動く時間を増やし、よりラグビーの実戦に近いような状況に近づけるような設定を加えました。

レッスンの中で現役選手たちによる『ワンポイントレッスン』は前回同様に『パス』をテーマに実施しましたが、重光選手のアドバイスやコーチングは的確であり、子どもたちの技術を飛躍的に向上させ、レッスンを見守る関係者たちを唸らせました。

前田、王の両選手もライナーズ十八番である『ナンバーゲーム』でレッスンの入りのところで気持ちも雰囲気も一気にボルテージを上げ、重光選手を含めた全選手が子どもたちと一緒にプレイするなど、トップリーグレベルを肌身で体感する子どもたちは、目を輝かせて澁刺とプレイしていました。

ゲームライクトレーニングの時間を増やし、前回以上に運動量を確保しつつ、あえて前回同様のメニューを実施したことでラグビー未経験者のレベルが格段アップし、経験者をパスで翻弄し、ランプレイで抜き去り、短期間で成長する姿がありました。我々指導陣も多くを学ばせていただいた今夜の花園でした。





【第2回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョギング&ナンバーゲーム (W-UP)
- 3、ダイナミックストレッチ 【S&C】
- 4、SI & ゲームオブタグ (1対1) 【S&C】
- 5、ゲームオブタグ (チーム対チーム) 【S&C】
- 6、1対1、3対3 (ゲームライクトレーニング)
- 7、ショートパス・ミドルパストレーニング (テクニク)
- 8、4列パス (スキルトレーニング)
- 9、6対6 (ゲームライクトレーニング)
- 10、クールダウン&クロージング

メインコーチ 南條

アシスタントコーチ) 竹田・射手矢・重光 (近鉄ライナーズ選手)

サポートチーム) 近鉄ライナーズ、アナン学園高校 (樟蔭東学園高校) 女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第3回レッスンレポート (2015年10月20日)

東大阪市花園ラグビー場において、第3回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは前回、前々回レッスンのまとめとしてラグビー練習に近い内容でパスができるようにプランニングを図りました。

本レッスンでは3つキーワードを用いて、より実戦に近い状況の中でパス動作ができてきているか、またその過程の中でミスを恐れず、チャレンジできるような声かけを心がけました。

また、練習の最後には男子女子、各学年も入り混じり参加者全員でAT/DFを実施しました。その中で子どもたちは潑刺とプレイし、本事業で初めて楯円球を手にした子も未経験者とは思えないようなプレイも垣間みられました。

練習のテンポを上げ、できるだけフリーズ（止めて話す時間）させないようにしながら選手たちの運動量を1時間半の練習時間の中で目一杯あげることで心身の育成を図りつつ、いつも『楽しい』と思えるような内容にするためには『ゲームライクトレーニング』は、この年代の選手たちには必要不可欠です。しかし、その中で実態に合わせたスモールステップ方式によるプランニングと実施は、適切なタイミングで実施することで改めて有益であることを、子どもたちたちから学ばせていただきました。

練習後の個人練習という名の『芝生の上で自由に遊ぶ時間』を作れば、子どもたちはいつまでも笑顔で練習に明け暮れました。指導陣から『そろそろ撤収！』の音が響き渡った、今夜の花園でした。（今夜は数名のスタッフが公用のため不在となり、まだ子どもたちが来る前に携帯電話で撮影したものしかありませんでした。お許しください。）

【第3回練習メニュー】

- 1、 オープニング
- 2、 ジョグ&ナンバーゲーム&グループパスゲーム（W-up）
- 3、 ダイナミックストレッチ（S&C）
- 4、 ボール集め競争（S&Cアレンジ）
- 5、 4Lineパス（テクニク）
- 6、 スペースボール（S&C）
- 7、 4Lineパス（テクニク）
- 8、 5対2（スキル&ゲームライク）
- 9、 6対3（スキル&ゲームライク）
- 10、 AT&DF
- 11、 クールダウン&クロージング
- 12、 個人練習

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき

【2015大阪クラス】第4回レッスンレポート（2015年10月27日）



東大阪市花園ラグビー場において、第4回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは先週に引き続き3つのキーワードをパスのテーマにし、先週の復習もかねて大まかなレッスンの流れは変えず、そのなかで発展したものを加えました。

ABCパスでは3つのキーワードを自ら意識できる選手が増え、パスの精度が目に見えるように向上していました。実践に近い練習においてもミスが減り、連続した攻撃がみられるようになりました。会を重ねるごとにプレイ中の子どもたちの声も増えだし、繋がりを持てるようになってきました。

また近鉄ライナーズの選手たちもレッスンに参加し、子どもたちと一緒に楽しくプレイしてくれました。いつも通り笑顔の絶えないレッスンではありましたが、すべての局面でプレイのレベルがあがり、練習を積み上げていくことの重要性を再認識できた、今夜の花園でした。

（*第1回レッスンの取材記事が掲載されました）



【第4回練習メニュー】

- 1、 オープニング
- 2、 ジョグ&ナンバーゲーム&グループパスゲーム (W-up)
- 3、 ダイナミックストレッチ (S&C)
- 4、 ボール集め競争 (S&Cアレンジ)
- 5、 スペースボール@2コート (S&C)
- 6、 ABCパス (テクニック)
- 7、 2対1 (スキル)
- 8、 5対2 (スキル&ゲームライク)
- 9、 6対3 (スキル&ゲームライク)
- 10、 AT&DF
- 11、 クールダウン&クロージング
- 12、 個人練習

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき、竹田良信

サポートチーム：近鉄ライナーズ、アナン学園高校女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第5回レッスンレポート (2015年11月2日)

東大阪市花園ラグビー場において、第5回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは、スキルトレーニングを多く用いてプレッシャーの中で正確な動作（テクニック）を習得できるよう、練習計画を立てました。

段階を経てDFの圧力を増やし、正確なパスでボールを繋いでトライを取りきる・もしくはゲインラインを切る選手たちの姿が多くみられました。

ただ、試合形式の練習では選手たちのプレイに激しさが増しており、今一度、ボトムに合わせた指導を徹底し、練習の中で選手たちの気持ちのコントロールを助長できるように、今後の指導に努めていきたいと思えます。

スモールステップで練習計画を立てること、その中でリップ（選手たちの動きを止めずに声をかける）とフリーズ（選手たちの動きを止めて声をかける）を使い分けて指導することなど、選手たちの姿をみて指導陣にとっても改めて学びの多い今夜の花園でした。



【第5回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグ&ナンバーゲーム&ストレッチ
- 3、ダイナミックストレッチ
- 4、ナンバーパスゲーム
- 5、リレー×3セット
- 6、ABCパス
- 7、2対1
- 8、3対2
- 9、6対3
- 10、9対4
- 11、AT/DF
- 12、クールダウン&クロージング

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき、竹田良信

サポートチー：近鉄ライナーズ、アナン学園高校女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第6回レッスンレポート（2015年11月9日）

東大阪市花園ラグビー場において、第6回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは、タグを活用してゲーム形式の練習を中心に実施しました。

ここまでのレッスンで積み上げたパススキルも忘れないようにし、ゲームライクトレーニングをスモールステップ方式にしてレッスンのプランニングを図りました。

レッスン最後のAT&DFでは、普段体感できない15人制ラグビー（普段は12人制、9人制）を、タグ活用してコンタクトプレイがなく、安全な形態で実施しました。その中でのミスも少なく攻撃が継続する場面も多々あり、子どもたちの成長を強く感じました。

レッスン後に汗だくになっている子どもたちを見て、競技を楽しみながら運動量を増やせ、なおかつ安全にプレイするためのプランニングがこの年代の子どもたちにとって大切であることを、改めて感じた今夜の花園でした。



【第6回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグ&ナンバーゲーム (W-UP)
- 3、ダイナミックストレッチ (S&C)
- 4、ABCパス (テクニック)
- 5、スペースボール (S&C)
- 6、1対1、3対3 (スキル&ゲームライクトレーニング)
- 7、6対6 (スキル&ゲームライクトレーニング)
- 8、15対15 (ゲームライクトレーニング)
- 9、ストレッチ&クロージング (クールダウン)
- 10、個人練習

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき

サポートチーム：近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第7回レッスンレポート (201

5年11月16日)

東大阪市花園ラグビー場において、第7回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。本レッスンでは、先週に引き続き、タグを活用したゲーム形式の練習を実施しました。

今回は個人技で相手を抜くことを意識できるように、森田選手（近鉄ライナーズ）から、ワンステップでADFを抜き切る動作を、スキルトレーニングの合間にコーチングを導入しました。

試合形式（コンタクトの代わりにタグ）の練習を増やしてコンタクトが少ない状況でゲームの理解をより深め、ここまでのパスの精度を保ちつつ相手を抜き去る場面や、個人で仕掛ける動きの中でのパスも生まれ、よりラグビーゲームとしての動きが出てきました。

またライナーズの選手たちもトップリーグが開幕し、練習後の忙しいなかで、『本気で練習に挑む姿勢』を見せてくれるなど、子どもたちにとって刺激の多いレッスンでありました。

クロージングの中でも森田選手から子どもたちに対して『何事も本気で挑む姿勢が大切』との言葉があり、ここに関わる全ての人たちの想いを感じた今夜の花園でした。



【第7回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグ&ナンバーゲーム&ストレッチ (W-UP)
- 3、タグとり、猫とネズミ、タグ鬼ごっこ (S&C)
- 4、ABCパス (テクニク)
- 5、1対1 (スキル&ワンポイントレッスン)
- 6、5対2 (スキル)
- 7、13対13 (ゲームライク)
- 8、ストレッチ&クロージング (クールダウン)
- 9、個人練習

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき

サポートチーム：近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第8回レッスンレポート（2015年11月24日）

東大阪市花園ラグビー場において、第8回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは『キャッチング』をテーマにして、タグを活用したゲーム形式の練習を中心にし、ゲーム中に課題のあるプレイを合間で修正練習を行い、またゲーム形式に戻す手法を用いて実施しました。

加速しながらパスを受け、より攻撃的なATができるように『キャッチングスピードを上げる』ことに意識できるよう、またミスを恐れないようにポジティブな言葉を選手やコーチ陣で共有し、レッスンを進めました。

ラグビー経験者でも難しいランニングコースを変えながらフラットなパスを受けるスキルも続出し、また練習中のチームトークでは子どもたちの意見も活発に出てきており、子どもたちの成長に感慨深いものがあった、今夜の花園でした。



【第8回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグパス&人数ゲーム&ダイナミックストレッチ (W-UP)
- 3、縦列走 (S&C)
- 4、アジリティダッシュ (S&C)
- 5、縦2対1 (スキル)
- 6、ABCパス (テクニック)
- 7、12対12 (ゲームライクトレーニング)
- 8、ラン&チェンジアングル (S&C)
- 9、パスキャッチ&チェンジアングル (スキル)
- 10、12対12 (ゲームライク)
- 11、ダウン&クロージング
- 12、個人練習

メインコーチ：南條賢太

アシスタントコーチ：射手矢なづき

サポートチーム：近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第9回レッスンレポート (2015年11月30日)

東大阪市花園ラグビー場において、第9回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは『コミュニケーション』をテーマに練習を実施しました。ここまでのレッスンで積み上げたスキルも忘れないようにし、ゲームライクトレーニングと反復練習を織り交ぜてプランニングを図りました。

『ABCパス』の中では本レッスンで子どもたちと一緒にプレイするライナーズ選手たちから、細かなコーリングの種類について実演&アドバイスを受け、子どもたちのプレイの精度も上がりミスが少なくなるなど、コミュニケーションがプレイにも反映されることを子どもたちも実感していました。レッスン恒例の『タグAT&DF』の中では、今まで以上に声の量が増え子どもたちの連携がスムーズになるなど、良い場面が沢山見ることができました。

また本レッスンでやむなく放課後ラグビーを卒業する子どもたちからも、また次回の開催を希望される声もあり、次につなげていきたいと強く感じた今夜の花園でした。



【第9回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョギング&ナンバーゲーム (W-UP)
- 3、アンクルタッチゲーム (1on1)
- 4、縦列走 (4人)
- 5、猫と鼠 (S&C)
- 6、タテパス 2 on1 (スキル)
- 7、ABCパス (テクニック)
- 8、タグAT&DF (ゲームライク)
- 9、タグAT&DF. lev2 (ゲームライク)
- 10、タグ AT&DF. lev3. set play start (ゲームライク)
- 11、ダウン&クロージング
- 12、個人練習

メインコーチ 南條賢太

アシスタントコーチ 射手矢なづき

サポートチーム 近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015大阪クラス】第10回レッスンレポート（2015年12月1日）

東大阪市花園ラグビー場において、第10回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。実施回数の都合により大阪クラスが始まって初の連日レッスンです。

本レッスンでは、『ポジショニング』をテーマに練習を実施しました。昨日のレッスンテーマと併せてより実戦に繋がるようにプランニングしました。

反復練習を重ねるごとに、ABCパス（テクニック練習）でのキャッチングの精度とスピードが上がり、アジャスト（練習を理解して練習を実施する）も早くなっており、競技に対する向上心が高くなっていることも成長を促す要因であり、指導陣も子どもたちの日々の成長を強く感じています。

恒例のAT&DFはタッチフット形式で実施しましたが、プレイの速度が早くなり、迫力ある攻撃を繰り広げる場面も多々ありました。

放課後ラグビーも残すところあと2回。あっという間に過ぎ行く日々を思い返しては感慨深くなる、今夜の花園でした。





【第10回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグ&パス (W-up)
- 3、アンクルタッチ、縦列走 (5人) (S&C)
- 4、スペースボール、猫と鼠 (SアンドC)
- 5、タテパス 2対1 (スキル)
- 6、ABCパス (テクニク)
- 7、4Wayパス (テクニク)
- 8、タッチフット. lev1, 2, 3
- 9、クールダウン&クロージング
- 10、個人練習

メインコーチ 南條賢太

アシスタントコーチ 射手矢なづき

サポートチーム 近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015年大阪クラス】第11回レッスンレポート (2015年12月8日)

東大阪市花園ラグビー場において、第10回目の放課後ラグビープログラムが開催されま

した。本レッスンでは、『ストレートラン』をテーマに練習を実施しました。

近鉄ライナーズの選手も多数参加していただき、レッスンを大いに盛り上げていただき、レッスン中も的確なアドバイスで子どもたちのスキルも飛躍的に向上していきます。

子どもたちはプレイ中のコミュニケーションレベルも格段にレベルアップしており、プレイヤーとして成長する姿に、複数回にわたり子どもたちの指導を担ってくれている太田、福地、才田の各選手たちも感慨深い様子でした。

2か月前に花園で出会った初々しく緊張していた子どもたちが、今では練習前の準備、練習中の給水用具の移動、練習後の後片付けなども自ら率先して行動するようになり、楽しさの中でプレイヤーとしても人間としても成長しています。

放課後ラグビーも残すところあと1回。最後のレッスンも笑顔で楽しい時間であることを願った今夜の花園でした。



【第11回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョグ&パス2on1 (W-U P)
- 3、ダイナミックストレッチ、アングルタッチゲーム、縦列走 (S & C)
- 4、ABCパス～DF 2人追加 (テクニック&スキル)
- 5、4wayパス+ターゲットスティック (テクニック)
- 6、フェイズアタック 4 on 2 (3カ所) (スキル)
- 7、6 on 3 (スキル)
- 8、タッチAT&DF@ハンズパス (ゲームライク)
- 9、ダウン&クロージング

メインコーチ 南條賢太

アシスタントコーチ 射手矢なづき

サポートチーム 近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

【2015年大阪クラス】第12回レッスンレポート (2015年12月15日)

東大阪市花園ラグビー場において、第12回目の放課後ラグビープログラムが開催されました。

本レッスンでは、今までのおさらいとして、実施してきた練習ドリルとテーマを反復練習として実施し、最後には恒例のAT&DFに少しコンタクト要素を含めて実施しました。

その中でも、本クラスでラグビーを始めた未経験者も経験者に劣らぬプレイを見せられました。

また、子ども同士の繋がりがより深くなっており、いろいろな場面で相手を気遣う声を掛け合いながら、レッスンを進めてくれました。

レッスンが始まってからライナーズ選手たちとの関わりや、子ども同士の繋がりの中に、大阪クラスが成熟していく姿を確認することができました。改めて、ラグビ

一というスポーツが人との繋がりによって形成されていることを、子どもたちから教えてもらえたと感じています。

毎回のレッスンレポートも乱文愚文につき、お見苦しい点多々あったかと思いますが、どうかお許しください。

最後に、本クラスを実施するにあたり、関係者の皆さまに心より感謝を申し上げます。

ありがとうございました。



【第12回練習メニュー】

- 1、オープニング
- 2、ジョギング&ストレッチ&人数ゲーム&ダイナミックストレッチ(W-up)
- 3、ボール集め&縦列走&ボール集め (S&C)
- 4、縦2対1、ABCパス、4wayパス (テクニク)
- 5、タグ取り1対1、猫と鼠 (S&C)
- 6、タグAT&DF (スキル&ゲームライク)

- 7、ショルダータッチat&df（ゲームライク）
- 8、クールダウン&ストレッチ
- 9、クロージング
- 10、閉校式

メインコーチ 南條賢太

アシスタントコーチ 射手矢なづき

サポートチーム 近鉄ライナーズ、アナン学園女子ラグビー部

大阪クラスコーチアンケート

開催条件	使用しているグラウンドの環境、条件（大きさ、特徴、サポート体制等）
	東大阪市花園ラグビー場（練習グラウンド）天然芝 近鉄ライナーズの用具一式
	開催グラウンドの周辺ラグビー環境（スクール、部活動等の有無）
	スクールや中学の部活でも比較的ラグビーは盛んであり、ラグビーが町に浸透している環境である。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
	東大阪市へ南條氏の団体から借り入れ。減免処理。
指導内容（方針）	12回の教室からの指導のターゲット（目標）
	初心者は、タグラグビーやタッチフットができるレベルまでのスキル向上。経験者は、現在のラグビースキルを更に向上させること。基本プレイの徹底。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	ウォーミングアップからゲームや競争の意識を芽生えさせる。安全かつゲーム要素を増やし、楽しみながら運動量を確保する。スキル練習からゲーム練習へ移行し、最後に楽しさを体感できるようにする。
	教えるときに注意した点や指導テクニック
	何事にも積極的に声を出し、コミュニケーションを図る。失敗しても良いからチャレンジすること。失敗から学ぶこと。素直に聞く態度など。
感想・印象 今後の展望	参加者の程度（競技レベル、運動能力等）
	1. ラグビー経験者が大半 2. 男女の割合が半々 3. 数名の未経験者で、総じて運動能力は高い参加者が多かった。
	参加者の様子（主観的な参加者の受けている印象 楽しそう、充実している等）
	毎回、円陣を組んで声かけからスタートしていることもあり、楽しそうにしている参加者が多かった。競争の意識を芽生えさせるためにゲームを多様したが、最初の頃男女で少し溝ができた。しかし、回を重ねるごとに溝はなくなった。

	12回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
	基本プレーを反復したこともあり、パスやステップはとても成長した。特に未経験者の参加者は、最後には経験者と同じようにプレーできるレベルにまで到達していた。
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	これからもラグビーだけでなく、色々なことにチャレンジする姿勢を身に付けて下さい。失敗しても、失敗から学ぶべきことはたくさんあるので、まずやってみる、チャレンジすることが大切です。
雑感	中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&改善点等
	今回、ライナーズの選手も参加し、トップリーグを身近に感じてもらえる良い機会であった。また、試合の応援に来て頂いたり、エスコートキッズを務めてもらった。継続して開催できるようなサポート体制（金銭面以外）をお願いします。