

## 青森県クラス

### ◆クラス概要

実施期間：2021年7月16日～11月12日（全8回）

開催時間：18:30-20:00

開催日程：＜毎週金曜日＞7月16日、7月30日、10月1日、10月8日、10月15日、10月29日、11月5日、11月12日

実施会場：八戸学院大学人工芝グラウンド（〒031-8588 青森県八戸市美保野13-98）

協力団体：青森県ラグビーフットボール協会

メインコーチ：山下 祐史（指導者資格：JRFU公認A級コーチ、八戸学院大学男女ラグビー部ヘッドコーチ）

サポートコーチ：安部 恒俊（指導者資格：JRFU公認A級コーチ、U17東北ブロックFWコーチ、東北ブロック強化コーチ）

サポートコーチ：中鶴間 祥太（指導者資格：JRFU公認スタートコーチ、八戸学院大学男女ラグビー部）

サポートコーチ：白井 天馬（指導者資格：JRFU公認スタートコーチ、八戸学院大学男女ラグビー部）

サポートチーム：八戸学院大学男女ラグビー部

### ◆参加人数

小学4年生	小学5年生	小学6年生	中学1年生	中学2年生	中学3年生	(男子)	(女子)	合計
5	6	4	0	1	6	20	2	22

### ◆クラスの実施結果まとめ

八戸学院大学ラグビー部の全面協力のもの開催した青森クラス。参加者対象が小学4年生から中学生の男女ということで指導が難しいクラスだったと思うが、メインコーチの山下さんの素晴らしいリードおよび八戸学院大学ラグビー部員のサポートにより参加者の満足度のとても高いクラスとなった。

再参加のリクエストも多く、青森県協会としても自主運営の意欲を強くあるので、今後のさらなる発展を祈念するとともに、全国の都道府県ラグビー協会のモデルとなることが期待される。



### ◆クラスレポート

<https://www.houkagorugbyjrfu.com/青森県クラス/2021青森県クラスレポート/>

### 指導者アンケート

クラス名	青森県クラス
担当指導者	山下 祐史
アシスタント	阿部 恒利・中鶴間 祥太・白井 天馬
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）
	大学人工芝グラウンド（ラグビーグラウンド）を活用
	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）
	八戸少年ラグビースクール
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ）
他団体が借用の場合は法人へ借用の申請手続き	
指導内容（方針）	10回の教室からの指導のターゲット（目標）
	①1人1人が考えて行動（話す）できるようになる。②失敗を恐れずにチャレンジする。この2点を子供たちが自然とできたり、成長できるような環境づくりを指導者が整える。
	1日のプログラム組み立ての考え方
	目標に沿ってテーマを設定し、MDMを活用してゲームの中で大切なことを経験してもらう。それぞれのドリルのキーポイントは抑えつつ、テーマから外れないようにする。
	教えるときに注意した点や指導テクニック
チームトーク時に「1人1回話す」「否定的なことを言わない」をルールとして設定。指導者は答えを言わずに子供達から引き出す。出た意見をまとめて提案する。	
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）
	小学生は全員経験者。中学生は2名未経験者だが運動能力は非常に高く、すぐに馴染むことができた。
	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）
	毎回とても楽しそうで、物足りなさそうな感じで終わっていた。ただ、楽しいが度を越してふざける場面もあり、ちゃんと真面目にやりたい子のフラストレーションがたまる場面もあった。
	10回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
テーマを毎回設定し、段階的に強度やレベルを上げていくことで自然と上達していったと思う。また、人の話を聞く姿勢もしっかりできていたのでとてもやりやすかった。	

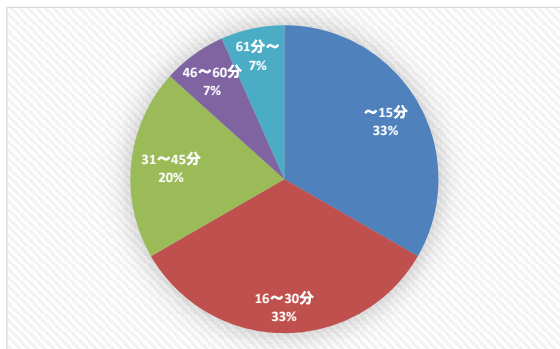
メッセージ	<p>指導をした参加者へのメッセージ</p> <p>あと残り数分という「え～、もう終わり～…」という毎回残念そうな声が聞けなくなるのは寂しいですが、子ども達の楽しそうな笑顔を見て僕自身も楽しかったです。また、この事業を通じて自分自身も成長できたと思うので今後も一緒に成長していきたいです。皆さんがラグビーを夢中になって楽しめる場をこれからも作っていききたいと思うので引き続きよろしくお願いします。8回という短い時間でしたがありがとうございました。</p>
雑感	<p>中学放課後ラグビーに関する成果や期待度&amp;改善点等</p> <p>放課後ラグビープログラムを行うことによって、今ラグビーをプレーしている子供たちの競技力向上はもちろんです。ラグビーをプレーしたことがない子供たちへの選択肢を見つける場になったと思います。今後はそのプレーしたことがない子供たちにどうやって知ってもらうかが課題だと感じました。少しずつでもラグビーができる環境を整えていくことが普及にも繋がると思います。</p>

参加者アンケート（回答数15／参加者数 22名）

	学年	所属ラグビーチーム	ポジション
1	小学4年生	八戸少年ラグビースクール	
2	小学4年生	八戸少年ラグビースクール	スクラムハーフ
3	小学4年生	八戸少年ラグビースクール	ウィング・フルバック
4	小学4年生	八戸少年ラグビースクール	
5	小学5年生	八戸少年ラグビースクール	
6	小学5年生	八戸少年ラグビースクール	FW ウィング
7	小学5年生	八戸少年ラグビースクール	
8	小学5年生	八戸少年ラグビースクール	
9	小学6年生	八戸少年ラグビースクール	スタンドオフ
10	小学6年生	八戸少年ラグビースクール	センター
11	中学2年生	八戸少年ラグビースクール	
12	中学3年生	函館ラ・サール中学校	フォワード
13	中学3年生	八戸少年ラグビースクール	ウィング センター フルバック
14	中学3年生	八戸ラグビースクール	なし
15	中学3年生	なし	なし

Ⅰ：通学時間

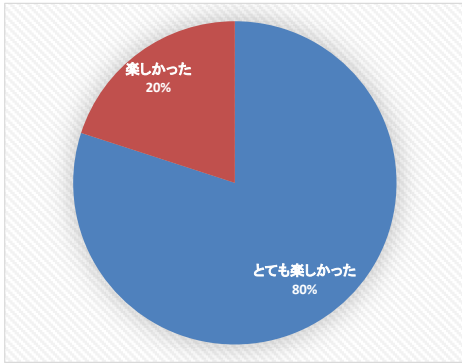
時間	交通手段	～15分	16～30分	31～45分	46～60分	61分～
1	～15分 徒歩	5	5	3	1	1
2	～15分 徒歩					
3	～15分 徒歩					
4	～15分 徒歩					
5	～15分 徒歩					
6	16分～30分 車での送迎					
7	16分～30分 車での送迎					
8	16分～30分 車での送迎					
9	16分～30分 車での送迎					
10	16分～30分 車での送迎					
11	31分～45分 車での送迎					
12	31分～45分 車での送迎					
13	31分～45分 車での送迎					
14	46分～60分 車での送迎					
15	61分以上 車での送迎					



生徒アンケート

II：質問 i

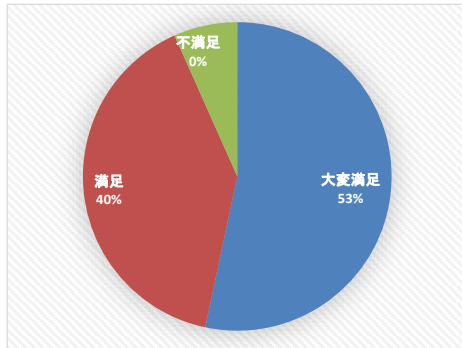
①「放課後ラグビープログラム」は楽しかったですか？	とても楽しかった	楽しかった	ふつう	不満足	大変不満足
	12	3	0	0	0



【理由】

◆とても楽しかった◆
以前まで野球をやっていたのですが、自分の長所である足の速さを活かせる気がしませんでした。ラグビーは基本走っているスポーツでその長所が行かせたと思います。そして他のスポーツより人との距離を縮めやすく、友達ができました。学校などではラグビーを知っている友達が居ないので、今回できた友達とはラグビーを含め学校の友達とは話さないような事を話せたので楽しかったです。大学生の方々を含め一緒に練習してきて楽しかったり、面白いことがたくさんありました。中学の部活ではなかなか笑うことがなかったり面白い練習というのなかったので新鮮でこういう雰囲気です活したいと思いました。やはり一番は初めてやるスポーツだからその回数を重ねるごとに自分がうまくなっていくのを感じるのが一番楽しかったです。
普段一緒にプレーしない人と練習できたから。
練習がわかりやすい。
タッチフットが出来た、スクールの仲間と練習出来る機会が増えたから。
大学の女子ラグビー部の人たちや中学生と、レベルアップした練習ができたから。
自分のスキルを磨く事ができ楽しかった。

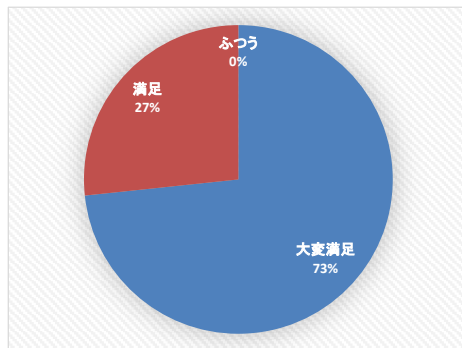
②「放課後ラグビープログラム」の運動量はどうか？	大変満足	満足	ふつう	不満足	大変不満足
	8	6	1	0	0



【理由】

◆大変満足◆
ゲームの間にチームトークを挟んでいたのでもちよこよかったから。
疲れもあったけど、丁度良い運動量だったから。
◆満足◆
楽しかったからこそ少なく感じました。しかし短時間でアップから最後まで充実していたと思います。
少し汗をかく位でちょうどよい運動量だった。
◆ふつう◆
もっともっと練習したかった。

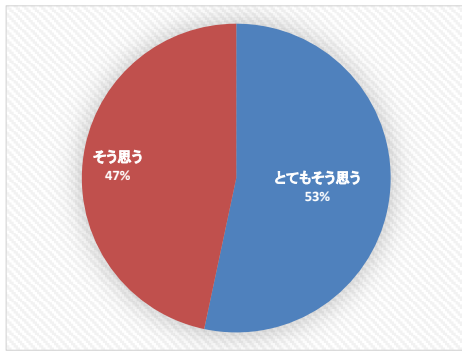
③「放課後ラグビープログラム」で教わる内容はどうか？	大変満足	満足	ふつう	不満足	大変不満足
	11	4	0	0	0



【理由】

◆大変満足◆
初めてでわからないことがたくさんありましたが、とても丁寧でわかりやすかったです。
苦手な分野も細かく説明してもらえた。
コーチから直接アドバイスもらったことが、嬉しかったし、勉強になった。
オフロードパスやポップパスなど、これから必要なスキルを練習できたから。
上手に教えてくれて、教えてくれたことを練習に活かせるから。

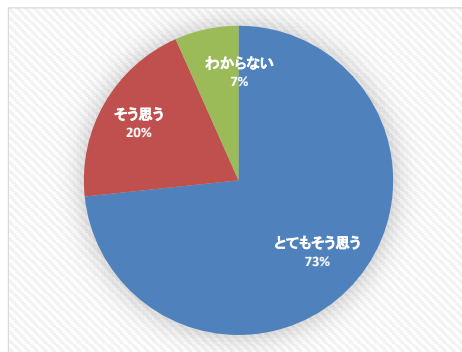
④放課後ラグビープログラムに参加してラグビーが上達したと思いますか？	とてもそう思う	そう思う	わからない	思わない	全く思わない
	8	7	0	0	0



【理由】

◆とてもそう思う◆
コーチの指導法がよかったのと、楽しくプレーできたのでかなり上達したと思います。
苦手だったステップやキックが上達したと思うから。
周りをよくみることや、ハンドリングが上手くできるようになってきたと思
積極的に縦に突っ込めるようになったから。
◆そう思う◆
すいません、数回しか行けなかったの。
前は、教えられたことを出来なかったことがあったが、今回参加して教えられたことをゲームに活かせるようになったから。

⑤今回のように平日に行われるラグビーの練習会があったら参加したいと思いますか？	とてもそう思う	そう思う	わからない	思わない	全く思わない
	11	3	1	0	0



【理由】

◆とてもそう思う◆
体を動かしたいから。楽しいから。
学校の部活には入っていないので、是非参加したいです。
日頃から運動する習慣がつくから。
もっと練習を積み重ねていって、試合で活かしていきたいから。教えられたことを下級生にも教えて、下級生もラグビーを上達して欲しいから。
◆そう思う◆
ラグビーの楽しさを知ったのもっとうまくなりたいと思い今回のような機会があったら参加したいと思います。
学校の部活動の先生とは違う指導にも興味があったから。
◆わからない◆
参加したい気持ちもあるが部活もあるので、難しい場合がある。

II：質問 ii

①普段よくするスポーツはなんですか？（ラグビー以外でも可）			
1	ラグビー、サッカー	9	ラグビー、バスケットボール
2	ラグビー、野球、	10	バスケットボール
3	ラグビー、水泳	11	バスケットボール
4	ラグビー、野球	12	特になし
5	ラグビー、バスケット	13	特になし
6	ラグビー、器械体操	14	特になし
7	ラグビー	15	特になし
8	ラグビー		

②「放課後ラグビープログラム」に参加した感想を書いてください。	
1	初めのほうしか参加できませんでしたが、楽しんで参加できていました。
2	キックやステップなど苦手なスキルを磨く事ができとてもよい練習会になった。コーチの皆さんや大学生の方、みんなよい人達でとても楽しかった。
3	パスやゲームなど、コーチからアドバイスをもらったり、先輩たちの上手なプレーを見ながら、一緒にできたことが嬉しかったし楽しかった。
4	レベルが上の中学生と一緒に練習をすることで自分の課題がみえました。
5	意見交換の時間があり、自分の改善点などがみつかることができました。サッカーでも意見交換を取り入れて自分の改善点を見つけていきたいと思いました。本当に楽しかったのでまたぜひ参加したいです。ありがとうございました。
6	どんなことに対しても学ぶ姿勢や態度が重要だと思った。
7	楽しかった。また参加したいと思った。
8	もっとうまくなりたい。（とくに左のパス）
9	楽しかった。スクールでは教わらないステップの練習が出来てよかった。
10	パスやアーリーキャッチなどができるようになってきたので、楽しく参加できた。
11	楽しく出来た、いつもと違う練習が出来たから。
12	子供は時間が過ぎるのがあつという間だったようです。

13	最初はラグビーのなにかが楽しいかわかりませんでしたが、参加していくにつれて楽しさが増えていきました。コーチが口をださずに学生達が話し合ってた所、悪かった所を考えさせるのがよかったです。絶対に社会にでてからでも役に立つと思えました。今回のプログラムに参加して高校でラグビーをしようと思えました。そのくらい楽しかったですし、ラグビーは奥が深いスポーツということを知ることができました。
14	ステップの切り方などを練習できてとても良かった。
15	夏季休業中しか参加できませんでしたが、プラスになりました。

③この「放課後ラグビープログラム」に求めることや、期待することは何ですか？	
1	ラグビーの苦手な動きを克服できるよう教えてもらいたい。
2	期間が限定されていたが、もっとやりたかった。
3	分からないことや知りたいことをじっくり聞いて、実際にやってみる時間がたくさんあったら、嬉しいです。
4	殆どがラグビースクールの生徒だったので、新しい仲間が増える事を期待します。
5	もっといろんなことを教わりたいです。ラグビーのこと、体づくりのこと、精神面のことなど。
6	コンタクト
7	試合で役に立つことをもっと教えてほしい。
8	もっとたくさん練習したい。
9	新しい仲間が増えれば良いと思います。
10	タックルなどのコンタクトプレーも学びたい。
11	もっと色んな人にラグビーはこんなスポーツですよ、と伝えていって欲しい。
12	仲間とのコミュニケーションや、子供自身が新しい発見をできるような、ラグビー以外の面での収穫もできたらなと思いま
13	今回のようなプログラムで自分の様にラグビーの楽しさを知ってくれる人が増えることを期待したいです。
14	個人スキルの向上
15	根性論ではなく、きちんとした説明や考え方を広く学びたい。夏休みだけしか参加できませんが、来年も参加したいと思えます。

## 保護者アンケート

①「放課後ラグビープログラム」に参加されたお子さんの印象や感想を教えてください。	
1	みんな一生懸命で楽しんでやっていた様子でした。
2	毎回、参加する事を楽しみにしていました。コーチの方々、大学生の皆さんと和気あいあいとラグビーに親しみながらスキルアップできたと思います。
3	毎週楽しみにして通っていました。同年代から大学生の方と一緒に練習させて頂いたことで、気持ちの面でも技術の面でもよい変化があったようですし、また新たな目標を持てる良い経験になったように思います。ご指導頂いたコーチの皆様、心より感謝申し上げます。
4	ラグビーが出来る環境が増え、更なる向上心が芽生えたと思います。
5	毎回帰ってくるたびに良かった！とっていました。楽しみながらラグビーも上達したみたいなので参加させてよかったで
6	ラグビーを終えた日には毎回「凄く楽しかった。面白かった。」と言っておりました。またその時に見せる表情からも、息子の楽しさが溢れ出ていました。
7	毎週楽しみにして通っていました。目に見えて上達しているのがわかったので参加して良かった。
8	練習中の楽しそうな笑い声や回を重ねるごとに声が大きく出せるようになったのが印象的でした。まずは楽しくワクワクして出来たことが良かったです。
9	スクールの練習とは違うコーチに教わる事で緊張感を持って参加できたと思います。
10	技術的な練習とタッチフットでの実践的な練習があって、とても楽しく練習に取り組んでいました。
11	ラグビーが好きなので、毎回、部活後でも進んで参加していた。ラグビースクールとは違うスキルアップ(ステップなど)が図れて良かった。また、少しずつだが自分の考えや思いをチームトークで伝えられるようになったと思う。
12	時間がすぎるのがあつとゆうまだった。
13	ラグビーは初めてのスポーツで、始まる前までは親の方に不安もありましたが本人は楽しいと言っていました。時間に間に合うように仕事から早く帰って送るのが少し大変ではありましたが、子どもは支度して待っていて、毎週楽しく通うことができました。そんなことでラグビーのない日や、コロナで活動自粛の時は困りました。子どもの練習の様子を毎回見ていましたが、周りの子どもや先輩方に迎え入れられ生き生きと走ったりする姿に、頼もしさを感じる事ができました。ありがたい場でした。本当にありがとうございました。
14	充実していたと思います。また、個人スキルを磨くことができて楽しそうでした。
15	自主練習のつもりで参加しましたが、有意義だったようです。チームスポーツに向かない性格と感じていましたが、ラグビーという競技を通してみんなのために自分にできることを見つけるようになったと感じています。

②この「放課後ラグビープログラム」に求めることや、期待することはなんですか？	
1	もっとうまくなれるように色々なことを教えてほしい。
2	中学生になり部活引退するまでは、ほぼラグビーをする時間を作れなかった。放課後ラグビーであれば、部活をしながらでもスキルアップできるのかなと感じた。
3	来年から中学生になります。本人は、ラグビーが好きなので今後もラグビーを続けたいのですが、八戸市内の中学校ではラグビー部はなく、どのように中学校生活を送るべきか悩んでいるところでした。もし、平日のラグビー教室ができれば、喜んで利用したいと考えております。1日でも多くラグビーに関わることができるよう、平日のラグビー教室が開かれることを希望致します。
4	プログラムを発展させ、ラグビーに少しでも興味をもった小中学生が増える事を期待します。
5	このような形で普段の練習以外で練習する機会が増えるといいなと思います。
6	もっと宣伝をしてラグビーと触れ合う機会が多くなれたらいいと思いました。
7	走り方やボールの蹴り方、投げ方、取り方などの基本も教えてほしい。
8	スクールの練習と運動しながら細かいスキルアップが出来たら良いと思います。
9	市内のラグビー人口増の一助となるプログラム（活動）に発展して頂ければと思います。
10	個人スキルアップ。
11	①ラグビースキル向上②自分らのチームがどうしたら良くなるかをみんなで話しが出来るようになって欲しい(自分の意見を伝える能力、相手の意見を聞く能力)③ラグビーってやっぱり楽しいスポーツだと感じれるようになって欲しい。
12	スキルや技術の向上、ラグビーの楽しさ
13	ラグビーというスポーツに触れること、ラグビーの楽しさ、スポーツをする中で大事なことを伝えてほしいなと思います。(知られていないので)
14	細かい技術やチームプレー
15	カテゴリ別に内容が変化していることと思いますので特に内容にかかわることはありません。ラグビーに限らず、礼儀に始まる。目標はそれぞれと思いますが、楽しさと真剣さと一流さをバランスよく指導いただきたいです。

③今後、月謝制での平日放課後のラグビー教室ができれば利用しますか？		
利用する	利用しない	わからない
9	0	6

④「はい」と答えた方へ、妥当だと思う月謝の額はいくらですか。※月に4回程度の開催で、JRFU指導者資格を持つ者が担当する場合。									
1,000～2,000円	2,000～3,000円	3,000～4,000円	4,000～5,000円	5,000～6,000円	6,000～7,000円	7,000～8,000円	8,000～9,000円	9,000～10,000円	
0	4	0	1	1	0	0	0	0	

