

E 球技（ゴール型：ラグビー）

1 改訂のポイント

球技は、ゴール型、ネット型及びベースボール型などから構成され、個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

中学校では、基本的な技能や仲間と連携した動きを発展させて、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにすることをねらいとして、第1学年及び第2学年は、「基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームができるようにする」ことを、第3学年は、「作戦に応じた技能で仲間と連携してゲームが展開できるようにする」ことを学習している。

高等学校では、これまでの学習を踏まえて、「作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする」ことが求められる。

したがって、勝敗を競う楽しさや喜びを深く味わうとともに、球技の学習に主体的に取り組み、フェアなプレイを大切にすることや仲間を尊重し、合意形成に貢献することなどに意欲をもち、健康や安全を確保するとともに、技術などの名称や行い方、課題解決の方法などを理解し、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにすることが大切である。

2 運動の特性（ラグビー）

(1) 一般的特性

ラグビーの原則

- ①ボールの争奪 ②攻撃：プレイの継続 ③防御：ボールの再獲得 ④多面的な競技

ア 機能的特性（運動を行う者の欲求や必要を充足する機能に着目）

ラグビーはゴール型の中でも、多人数のボールゲームで、しかも身体接触を含み、単に投げるとか、走るとかではなく、ボールを持って走り、パス、キックおよびグラウンディングするなど多種多様な技能が要求されるスポーツである。その特徴は、お互いにゴールエリアを目指し1チーム15人、計30名で一つのボールを手を持ちたり、味方にパスやキックしたりして仲間と連携しながら相手コートに侵入して攻防を楽しむ特徴がある。

イ 構造的特性（運動の技術的構造に着目）

個人技能には、ハンドリング、キッキング、ランニング、タックル、セービングなどがある。集団技能にはスクラム・ラインアウト・モール・ラック等のフォワードプレーからボールを動かしてラインプレーによって相手防御をかわし、走り抜けるバックプレーがある。どのプレーでもゴールラインを超えてトライを取り、ゴールポストにコンバージョンを狙い、一定時間内に相手チームより多くの得点を競い合うゲームである。

ウ 効果的特性（運動の身体的効果に着目）

様々な状況に応じたボール操作を味方や相手の動きに合わせて選択する判断力、瞬発力、筋力・筋持久力、敏捷性、持久力等が高められる。

また、試合終了を「ノーサイド」といい敵味方の区別をなくしお互いの健闘をたたえ合う精神を培い、「One For All All For One」（一人がみんなのために、みんなが一人のために）という言葉に代表されるようにお互いが協力する「協調性」や「自主性」等の人間性を学ぶための良い機会となる。

(2) 生徒からみた特性

ラグビーは高校で初めて取り扱う種目であるため 15 人制ラグビーに到達するにはかなりの時間が必要となる。特に未経験者が多いことや年齢条件や体力差が大きく関わることも考慮すると、導入としてタグラグビーを活用しながら、生徒の実態と授業時数の関係から生徒をどの段階までのゲームができるかを判断し、指導計画を立てる必要がある。

導入段階でのタグラグビーは、技能差や男女差にかかわらずみんなが楽しさを味わうことのできる運動であり「ボールを持って走ること」、「相手のタグを取ること」が基本である。ボールを持ってかわしながら走ることで、開放感を感じ、走力や敏捷性が高まる。また、作戦を工夫することで、みんなが得点する楽しさや作戦を展開する楽しさを味わい仲間とのコミュニケーションづくりを図ることもできる教材である。

(3) その他 (競技の歴史)

ラグビーはイングランドの古い町ラグビーにあるラグビー校で、フットボールの最中にエリス少年がボールを持って走るという、純情のあまりルールにないプレーをしたことから生まれたと言われている。その後、「ルールを厳格に守る」、「相手を尊重する」精神が大眾に指示され、1823 年に生まれたラグビーはスポーツの一つとして立派に成長し、イギリスだけではなく、世界中に広まり、現在は 15 人制だけではなく 7 人制ラグビーも盛んに行われるようになり 2016 年にはオリンピックの正式種目となる。

3 評価規準【第 1 学年】

項目	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
内容のままとまりごとの評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアなプレーを大切にしようとする 自己の責任を果たそうとする 作戦などについての話し合いに貢献しようとする 健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている 	<ul style="list-style-type: none"> 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している 	<ul style="list-style-type: none"> 球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付けている 	<ul style="list-style-type: none"> 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 球技の学習に自主的に取り組もうとしている フェアなプレーを大切にしようとしている 自己の責任を果たそうとしている 作戦などについての話し合いに貢献しようとしている 互いに助け合い教え合おうとしている 	<ul style="list-style-type: none"> 提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる 仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切な関わり方を見付け 	<ul style="list-style-type: none"> ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きができる 	<ul style="list-style-type: none"> 技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている 球技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている 運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている 試合の行い方について、学習した具体例を挙げて

	<p>・健康・安全を確保している。</p>	<p>ている。</p> <p>・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。</p> <p>・球技を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。</p>		<p>いる。</p>
<p>学習活動に即した評価規準</p>	<p>①仲間とともに協力しながら活動しラグビーの楽しさや喜びを自主的に味わおうとしている。 (観察)</p> <p>②フェアなプレイやセルフジャッジを心がけている。 (観察)</p> <p>③道具の準備・片付けや場の設定などの、分担した役割に自主的に取り組もうとしている。 (観察)</p> <p>④戦術などの話し合いに自主的に参加しようとしている。 (観察・発言)</p> <p>⑤仲間のプレーに対してアドバイスしようとしている (観察・発言)</p> <p>⑥体調の変化、用具や練習場所など、自己や仲間の安全を確保している。 (観察)</p>	<p>①自分やチームに応じた課題を見付け課題解決に向けた練習方法を見付けている。 (観察)</p> <p>②チームの話し合いの中でお互いに意見を出し合い一つの方向性を見付けている。 (観察)</p> <p>③相手チーム、自分のチームの特徴を把握し、適切なオフェンス・ディフェンスの方法を選択している。 (観察)</p> <p>④個人技能や集団技能の練習方法をもとに、課題解決に向けた練習方法を選んでいる。 (観察)</p> <p>⑤学習した安全上の留意点を練習場面や試合場面に当てはめている (観察)</p>	<p>①パス、ハンドリング、ランニング、キッキングなどのボールを持ったり蹴ったりする基本的なボールコントロールを行うことができる。 (観察)</p> <p>②味方にパスをつなぐ空間を作りパスを投げることができる。また、味方からパスを得られやすい空間を作りパスを受けとることができる。 (観察)</p> <p>③タックル、当たりなど基本的なコンタクトスキルが場面に応じてできる。 (観察)</p> <p>④チームディフェンスについて理解し、自己のポジションに着き役割が果たすことができる。 (観察)</p> <p>⑤練習やゲームで相手の動きに合わせた攻防ができる。 (観察)</p>	<p>①ラグビーの技術の名称や行い方について学習した具体例を挙げている。 (発言)</p> <p>②ラグビーの学習に関連した体力の高め方について具体例を挙げている。 (学習カード)</p> <p>③ラグビーの技能を高める合理的な練習方法について、具体的な学習例を挙げている。 (発言)</p> <p>④仲間と連携して攻撃したり防御するための方法について、学習した具体例を挙げている。 (発言)</p> <p>⑤ラグビーのルールについて理解しゲームの状況に応じた正しい判断を言ったり、書き出している。 (観察・発言)</p>

4 単元計画例【第1学年】

時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
学習の流れ	準備運動、補強運動、本時の学習内容の確認																				
	基本技術（個人技能）の習得								コンタクトとポジション技能の習得						集団技能の習得						
	パス（いろいろなパス） [ポップ・ガット・スクリュースパス] ハンドリング（ボールの取り方） [ハンズアップ・コーリング] ランニング（ステップ技術） [スワープ・カットイン・カットアウト・ハンドオフ] キッキング（いろいろなキック） [グラバーキック・バントキック・ロングキック]								タックル [サイドタックル・フロントタックル] ラインアウト [スローイング・リフティング] スクラム [1対1 3対3 5対5 8対8] モール・ラック [FWのモール・ラックの押し合い] ライン攻撃 [ボックスのライン攻撃]						チームでのライン攻撃 [攻撃地域を決めての確認] 各ポジションの動きを理解し 連携した動きによってフォー メーションを行う <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">課題練習</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px auto;">グループ替え・ポジション替え</div>						
	1対1・2対1・2対2・3対2・3対3									タッチフット											
	チーム練習																				
	タグルール説明								7人制・15人制ルール説明												
	タグ5人制ゲーム							タグ7人制ゲーム					7人制ゲーム				15人制ゲーム				
	共通メニュー（整理運動・振り返り・次回課題等）																				
	技能	個人的な基本技術を身に付けるとともに集団技能を習得する。																			
		ターゲットに投げる	→			②	コンタクトスキル習得			→			③								
パスを受ける	→			①	相手に対応			→			⑤										
チームディフェンス	→			④	チームディフェンス			→			④										
関心・意欲・態度	技術を身に付ける楽しさや喜びを味わうとともに仲間と協力して取り組もうとする。																				
	健康・安全の確認	→			⑥	フェアプレー			→			②									
	道具	→		③	主体的	→		①	アドバイス	→		⑤	戦術などの話し合い	→		④					
知識・理解	ポジションの名前や役割の理解とルールの理解、攻防に関わる動きの理解を深める。																				
	体力の高め方	→			②	審判方法の理解			→			⑤									
	技術の名称と行い方	→			①	連携した攻撃・防御			→			④	合理的な練習方法			→			③		
思考・判断	チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。																				
	実情に応じた課題解決	→			①	チームの話し合いでの課題解決			→			②									
					個人技能・集団技能練習方法				→			④	安全に配慮した練習計画			→			⑤		
											攻防の特徴をふまえた課題解決			→			③				

5 指導系統例

(1)

		レベル1 小学校5・6年生	レベル2 中学校1・2年生	レベル3 中3・高1	レベル4 高校2・3年
ボールの操作	ハンドリング	ボールを両手と体でキャッチングできる	ボールを両手でキャッチングできる	ボールを両手で正確にキャッチングできる	ボールを両手で正確にキャッチングできる
	パス	ボールを両手で相手にパスができる	ボールを両手で相手に正確にパスができる	いろいろなパスを投げることができる	いろいろなパスを正確に投げることができる
	ランニング	両手で持って走れる	両手で持って走れたり・片手で持って走れる	いろいろなステップで相手をかかわしながら走れる	場面に応じて両手や片手でボールを持って走れる
	キッキング	ボールを落として足へボールを当てられる	狙ったところにボールを落として足へボールを当てられる	狙った相手にボールを落として足へボールを当てられる	いろいろなキックを蹴り分けることができる
ボールを持たないときの動き	攻撃ポジション	ボールを持っている選手より後ろに立てる	空いている空間に立ちボールをもらえる	空いている空間に素早く移動しボールをもらえる	空いている空間を作り出せる動きを身に付ける
	サポート	ボールをもらえる位置に立てる	ボールをもらえる位置に立って走りながらもらえる	空いている空間を見つけボールをもらえる	空いている空間を見つけスピードよくもらえる
	守備(カバー)	自分の場所を守ることができる	自分の場所や空いている場所へのカバーができる	空いている場所へのカバーができる フォーメーションの動きができる	守備のバランスを維持することができる 仲間とタイミングを合わせたり守備位置の移動ができる。
	コンタクト(タックル)	追いかけて相手を捕まえることができる	相手に対して肩を当てて地面に倒すことができる	チームで連携しながら個々の役割を果たし決められた相手を地面に倒すことができる	連携しながら役割を果たし決められた相手を地面に倒し素早く起き上がることができる

(2) 個人

技術内容

キーポイント

1	ハンドリング	ボールの取り方・持ち方・投げ方	ハンズアップ・スイングザボール・上体を前傾し視野を広げる
			パスインフロント・両手でボールを持つ・コーリング
2	パス	フラットパス・スクリューパーパス・ポップパス	ボールをスペースへ持ち込む・新たなスペースを作り出す
			ボールを動かすことで防御の焦点をずらす
3	ランニング	ストレートランニング・サイドステップ・スワープ	ランニングフォーム・スピードの調整・ランニングの方向変換
4	キッキング	パントキック・スクリューパーキック・ドロップキック・キャッチング	ボール落とし方・足へのボールの当て方・キックフォーム
5	ラック	ラックの作り方・ラックの姿勢	頭を上げる(頭が下がり不安定かつ危険な姿勢)
			ラックは立って行うもの・組み合って押し込むもの
6	モール	モールの作り方・モールの姿勢	当たり・リッププレー・バインド
			前進するための有効な姿勢・ドライブ
7	タックル	サイドタックル・フロントタックル・リアタックル・スマザータックル	顔を上げる・最後まで入るところを見る・強い腕の引き締め
			足の強い踏み込みと強い蹴り

(3) ユニット

1	スクラム	スクラムの組み方・スクラムの姿勢	背中を伸ばして組む・しっかりとバインド・足の裏全部を使う
			膝の使い方・安全な崩れ方の理解・組むタイミングの習得
2	ラインアウト	ラインアウトの構成・スローイング・キャッチング・リフト	スローイングの方法・キャッチングの方法
			リフトサポートの方法仕方
3	バックスプレー	ライン作り・サインプレー	ストレートランニング・スペースに走りこむ
			スペースにパスする　サインプレーの動きの習得

(4) チーム

1	戦術と作戦	自分のチームを知り、それに適したゲームの進め方をする	攻撃と防御についての練習・各地域でのゲームプランの確立
		相手チームを知り、その対策を考えてゲームを進める	スカウティング (チームスタイルの分析)

	<p>◆ナンバー呼びとボール出し (呼ばれたら攻撃側へ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・二人は攻撃側へ、一人は守備側へ△を回って以下2対2は4人、3対2は5人並ぶ ・守備者はわざと抜かれたりする。慣れてきたらしっかり守る。 <p>タグラグビーのゲームを行う</p> <p>[発問] ◇ボールを持たないプレーヤーはどんなところにサポートするとトライしやすいのか、またどのタイミングでボールをもらう声を出したらよいのか?</p> <p>[発問] ◇タグを取られた後の継続プレーはどうしたらよいのだろうか?</p> <p>人数7人 8分ゲーム ハーフタイム2分 サイドチェンジあり</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手チームの空いているスペースを見つけて、ランで抜ける。 ・ボールをもって相手チームのメンバーを引き付け、もう一方の味方にタイミングよくパスをする。 ・味方と声をかけ合い、クロスプレーなどの有効な攻め方でゴールラインを目指す。 ・相手チームの一番活躍している子どもを積極的にマークする。 ・相手がボールをもったらすぐにタグを取って守る。 ・相手の動きに合わせて、チームで連携をとりながら声をかけ合って守る。 	<p>付けさせる。</p> <p>○ゲームの中で声を掛け合い、励まし合って活動できるようにさせる。</p> <p>導き出したい回答</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相手のいない空間を見つけて走り込む ・今ほしいときに大きな声でパスのコーリングで投げてもらおう。 ・練習したプレーを意識してゲームに臨むようアドバイスする。 <p>導き出したい回答</p> <ul style="list-style-type: none"> ・素早く周りを見渡し味方を探しパスをする。取られたタグを返してもらい素早く付けてプレーに参加する。 <p>○指示や励まし、賞賛などの声を出しながらプレーさせる。</p> <p>○自主的にゲームに参加させる。</p> <p>○個人やチームのめあてに対する自分のプレーについて評価させる。</p> <p>○困ったことは何か、ルールの確認や工夫をさせる。</p> <p>○チーム内で互いのよさを認め合い、更に頑張るとよい点を指摘し合うよう助言する。</p>	<p>タグ 28本</p> <p>ボール 2個</p>
<p>ま と め 5 分</p>	<p>〈まとめ〉</p> <p>○まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・課題の話し合い ・個人カードの記入 <p>○次時の連絡</p> <p>○後片付け</p>	<p>○チームが一体になった例を出し、ボールゲームのよさを実感できるようにする。</p> <p>○自分のチームの課題を見つけ、次時の学習につなげるようにする。</p> <p>○チームの組織的な動きを高めることも大切であることを感じとらせる。</p>	

《本時のルール》

- (人 数) 1チームは6～7名である。
- (コ ー ト) 縦約30m, 横約20m
- (時 間) 前後半8分(サイドの入れ替え有り)
- (得点: トライ) ボールを持った状態で、相手のゴールラインを越えるとトライ(1点)
- (ラ ン) フィールド内を自由に走ることができる。
 タグを取られないように、ボールで隠したり、手で振り払ってはいけない。
- (パ ス) 自分より前にいる味方(オフ・サイド)にパスをしてはいけない(スローフォワード)。
- (キ ッ ク) ボールを蹴ってはいけない。
- (タ グ) ボールを持った相手のタグを取ったら、「タグ!」と大声で叫びタグを上げる。
 タグを取られたら、3秒以内にパスをしなければならない。
 取られたタグを返し再び腰につけるまで、2人ともプレーに参加できない。
- (アドバンテージ) 相手がスローフォワード(前へのパス)などの反則をしても、そのボールをディフェンスがキャッチし、有利な攻撃ができる場合は、反則を取らない。

攻撃権の交代(()内は児童の呼び方)・・・その場所でパスから再スタートになる。

- ラインタッチ(線出た) : ボールを持ったプレイヤーがサイドラインを越えたとき
- スローフォワード(前パス) : 前へパスしたとき
- レイトプレイ (3秒) : タグを取られて、3秒以内にパスができなかったとき
- タグ隠し(隠した) : タグを取られないよう、手やボールで防いだとき
- 3タグ (3タグ) : 3回続けてタグを取られたとき
- ダブルタグ (ダブルタグ) : 両方のタグを取られたとき
- タグなしプレイ (返してない、付けてない) : タグを付け直さないうちに、プレイしたとき
- タグなしトライ (タグなしトライ) : タグを取られたまま、ゴールラインを越えたとき

7 安全への配慮

予想される事故	事故防止への対応
<ul style="list-style-type: none"> ○パスによるボール操作の際の手指の捻挫(突き指) ○身体接触を伴う練習時の身だしなみによる事故 ○タックルやスクラム等の身体接触のある練習時による頭部の打撲と頸椎損傷 ○タックルに入った、タックルをされた時の身体接触時に起こる足首や膝の捻挫、骨折、脱臼 ○興奮しすぎてラフプレー等の対応 	<ul style="list-style-type: none"> ○指先を上に向けてボールをとるイメージを取り入れる。 ○メガネや時計など危険物は身に付けさせない。 ○爪はキチンと短く切らせる。 ○しっかり顔を上げ相手を最後まで見させて入らせる指導とともにコンタクトプレーがある内容はヘッドギア・マウスガードを必ず着用させる。 ○無理な体勢のプレーをさせない。 ○タックルされた側も入った側も手を地面につけず体側から倒れるとともにあごを引いて倒れるように指導する。 ○ショルダーガードをつけさせる ○ルールに沿った安全なプレーの指導とともにゲームでは感情的にならないように指導する。 ○健康上に配慮が必要な生徒には、コンタクトプレーは止めさせる。

8 問題解決のための資料

(1) ハンドリング

発問1：ボールのどこを持ってばいいのだろうか？

導き出したい答え：ボールの太いところを両手でしっかり持ちキャッチングやパスをする。

発問2：ボールはどこに投げたらいいですか？

導き出したい答え：相手の胸に目がけて投げる。キャッチングはできるだけ胸の前で取ることと相手に対してターゲットになるように手を胸の前に出す。

発問3：どういうときにパスは出したらいいだろうか？

導き出したい答え：相手を引き付けると同時にパスを受ける選手がスペースが空いているのを確認してパスを投げる。

発問4：パスをもらえるようにするにはどうしたらいいのだろうか？

導き出したい答え：空いているスペースを見付けその場に素早く移動しボールを持っている選手に声をかける。

(2) ランニング

発問1：相手を抜くにはどんな動きがあるの？

導き出したい答え：①パスをもらう前に動くカットイン・カットアウト

②パスを受けてからのパスダミー（投げるふり）やカットイン・カットアウト

③パスを受けてからスワープフェイントから外側へトップスピードで走る）

④パスを受けてからのチェンジオブペース（スピード強弱で相手を惑わす）

⑤パスを受けてから相手を抜き去るときに相手の肩を突き放すハンドオフ

発問2：ボールは片手で持つと良い点と悪い点があります。それはどんな時でしょうか？

導き出したい答え：①良い点 片手だと腕が振りやすく速く走れ動きやすい。ハンドオフができる。

②悪い点 捕まった時にすぐに取りられてしまう。パスしないと恐れられる。

(3) キッキング

発問1：パントキックは何に気をつければいいのだろうか。

導き出したい答え：①ボールを回転せずに空間に落とすイメージでキックする

②軸足の足先を蹴る方向に向けて同様に蹴る足もスイングラインをしっかりむける

③キッキングポイントによってキックを蹴り分ける。

(4) タックル

発問1：タックルに入る時には相手のどこに視線やればいいのだろうか。

導き出したい答え：必ず視線は肩を当てるところを最後までみる

補足：怖がって視線を下げると相手の膝が頭に当たったり、タックルに入れない。

(5) タグラグビー

発問1：タグを取ったらどうしてタグと言わなければいけないの？

導き出したい答え：①取られたプレイヤーは3歩まで動けるがその後すぐに味方にパスをしなければならぬ。

②取られたのに気づかないでゲームを続ける可能性があるため

③タグと大きな声でフラッグを上げなかった場合はそれも反則になるため

(6) 7人制ラグビー

発問1：スクラムを組んでいたプレイヤーはボールが出たあとどうしたらよいか？

導き出したい答え：ボールを追うことなくその3人で逆サイドにラインを作り、次のつないだ攻撃でボールをもらえるようにポジションをとる。（タッチフットのイメージをさせる）

9 参考

タグラグビー ステップ・アップ チェック表

	チェック項目	/	/	/	/
パスプレー	味方にパスをつなげられた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	走りながらパスできた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	あわてないで、よく見てパスできた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ノーマークの味方を探してパスできた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	トライやゲイン（前進）につながるパスができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	前へのパスをしなかった	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	前にボールを落とさないで、キャッチできた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	走りながらキャッチできた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	相手をかわしたあとパスができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
ランプレー	ボールを持ってたくさん走れた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	あまりタグを取られないで走れた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスをスピードでかわすことができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスをステップでかわすことができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスをフェイントでかわすことができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスをスワープでかわすことができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	パスをもらえるように、一緒に走れた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	走るコースを変えてボールをもらいに行くことができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
スペース	ディフェンスのあまい場所を見付けられた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスのあまい場所へ移動できた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスのあまい場所を仲間に教えた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ディフェンスのあまい場所をつくらなかった	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
ディフェンス	走るじゃまができた（プレッシャーをかけた）	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	サイドラインへ追い込んだ	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	前進させないで、後退させた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	タグを取った	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	ダブルタグができた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	横に並んで、一緒に守れた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	フォローして、味方がかわされた後も守った	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
スタミナ	チャンスやピンチのとき、一生懸命に走った	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	いつでも走り回った	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	汗をいっぱいかいた	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C
	指示の声をたくさん出した	A・B・C	A・B・C	A・B・C	A・B・C

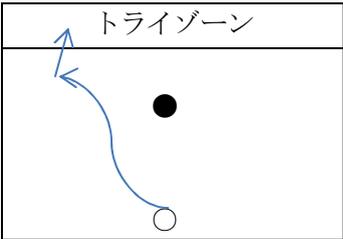
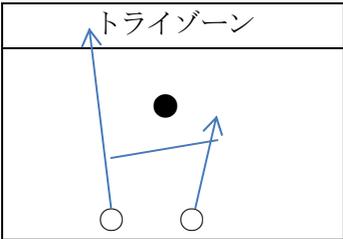
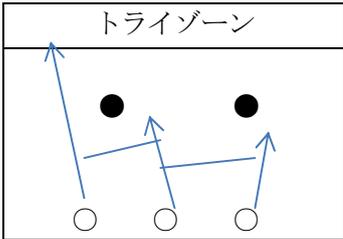
10 その他

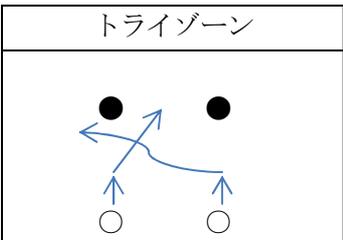
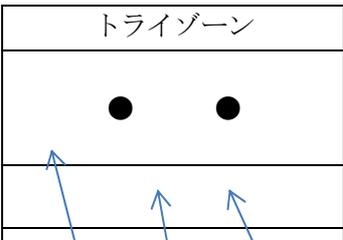
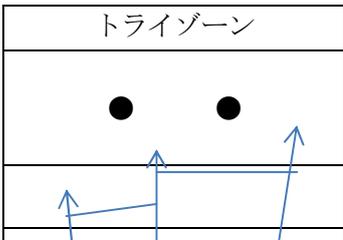
教材の工夫

ドリルゲーム〔個人技を身に付ける〕

トライゾーンに走り込むために、相手をかかわす技能を向上させる。

パス技能を向上させる

ドリルゲームⅠ（1対1）	ドリルゲームⅡ（2対1）	ドリルゲームⅢ（3対2）
1対1で相手をかかわす動きを知り、トライゾーンに走り込む	相手を引きつけてパスを出したり、かわしたりしてトライゾーンに走り込む	相手を引きつけながら空いている空間にパスを出しトライゾーンに走り込む
		
相手にタグを取られないように、捕まられないようにトライゾーンに走り込む	相手の動きを見ながらトライゾーンに向かって積極的に走り込みパスを出す	相手がいないスペース空いているプレイヤーが声をかけボールをもらいトライゾーン走り込む

ドリルゲームⅣ（2対2）	ドリルゲームⅤ（3対2対2）	ドリルゲームⅥ（3対2対2）
人数が同じ時にどう相手をかかわしてトライゾーンに走り込むか	個として2人ずつの相手をかかわしてトライゾーンに走り込む	チームとして2人ずつの相手をかかわしてトライゾーンに走り込む
		
クロスプレイやループプレイまたは、カットイン、カットアウトプレーで相手をかかわしトライゾーンに走り込む	一人ずつボールを持ちそれぞれが相手をかかわしてトライゾーンに走り込む	ボール一つでスペースを見付けパスをしながらトライゾーンに走り込む

タグラグビーの簡単なルール

ゲームの進め方

①

パスをしながら走る(攻める時)

ボールを抱えたまま走ったり味方にパスをつないだりしながら、相手チームのインゴールを目指して攻めます。

※パスは、自分より前にしちゃダメ。
でも真横へのパスはOK。
だから、自分より後ろにいる味方にパスしよう。



②

相手のタグを取る(守る時)

攻めてくる相手を止めるには、ボールを持っている人の腰に付いているタグを取ります。タグを取ったら、大きな声で「タグ！」と叫んで頭上にタグを上げよう。

※タグを取られた人は前進するのをやめて味方にボールをパスしなきゃいけないよ。



③

相手ゴールにトライ(得点)する

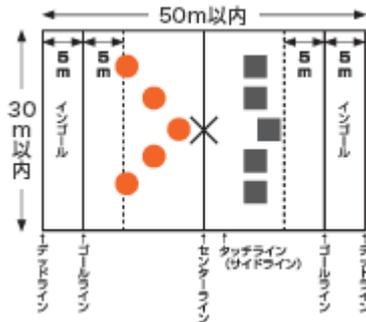
タグラグビーでは、得点のことを「トライ」といいます。

相手チームのインゴールに走りこんで、そのボールを両手で置けば「トライ(得点)」で1点!

※ただし、タグを2本とも付け、両足がインゴールに入った人でないと「トライ(得点)」にはならないよ。



🏈 タグラグビーのコート



センターライン中央から、自分より後ろの味方にパスしてゲーム開始。

1チームの人数は5人。試合時間は前半7分後半7分、ハーフタイムは1分だよ。
前半と後半でコートチェンジをしよう。

🏈 タグのオ・キ・テ

攻めてくる相手を止めるにも、ボールを奪い返すにも、**相手の腰のタグ**を取らなくてはいけません。ボールを直接奪い取っちゃいけないし、走ってくる相手の体に触れて止めることもできません。

タグを返すときも返してもらうときも「ハイ」「ありがとう」を忘れずに。

※ボールを持っているプレーヤーは、タグを取られないようにタグを手で押さえることはできないよ。

【攻撃権の交代】

タグ4回で、攻撃権が交代します。

- 最後にタグを取られた地点で、相手ボールのフリーパス

【タグを取ったら】

相手の前進を止めるには、ボールを持っている相手の腰のタグを取ります。

大きな声で「タグ！」と叫んで、頭上にタグを上げてアピールしよう。



【タグを取られたら】

すぐに前進をやめて後ろの味方にパスしよう。

- その地点から相手ボールのフリーパス

【トライする時】

タグを2本付けたプレーヤーしか、トライはできません。両足がインゴールに入っていないプレーヤーはトライはできません。

※タグを取ったら、相手に手渡しで返すまでプレーには参加できないよ。

※取られたタグを返してもらって腰につけるまでは、プレーには参加できないよ。

🏈 フリーパスのオ・キ・テ

試合開始・再開の時、反則の時、タッチラインから出た時、タグ4回で攻撃権が交代した時、フリーパスになります。その時、相手チームはその地点から必ず5m下がること。また、最初にパスをもらう味方プレーヤーは2m以内にいないけません。

※フリーパスは必ず、自分より後ろにいる味方にパスしなければいけないよ。

※後ろから勢いよく走ってきてフリーパスをもらうのはダメ。相手プレーヤーとぶつかりやすく危ないからね。

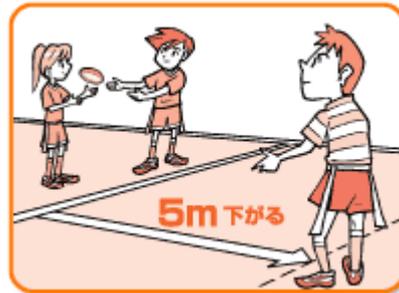
【試合開始・トライ後の再開の時は】

- センターライン中央からのフリーパス

【反則の時は】

- その地点からのフリーパス

ただし、反則がインゴールの中やゴールラインまで5m以内で起きた場合は、ゴールラインから5mの位置から反則しなかったチームのフリーパスになります。



【タッチラインから出た時は】

- その地点のラインの外からのフリーパス

【タグ4回で攻撃権が交代した時は】

- 最後にタグを取った(取られた)地点からのフリーパス