令和４年度山形県クラス

山形県クラス
協力：山形県ラグビーフットボール協会
協力：山形大学

◆開催概要
【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：佐藤 悠介（指導者資格：JRFU 公認 A 級コーチ、山形県ラグビーフットボール協会総務委員長）
サポートコーチ：小松 恒誠（指導者資格：JRFU 公認スタートコーチ、山形大学ラグビー部顧問）
サポートコーチ：新井 匠（指導者資格：JRFU 公認スタートコーチ、山形市立第三中学校）

【実施期間】2022 年 8 月 16 日～10 月 18 日 （全 10 回）

【開催時間】18:30-20:00

【開催日程】（毎週 火曜日）
①8 月 16 日、②8 月 23 日、③8 月 30 日、④9 月 6 日、⑤9 月 13 日、⑥9 月 20 日、⑦9 月 27 日、⑧10 月 4 日、⑨10 月 11 日、⑩10 月 18 日

【実施会場】
山形大学小白川キャンパス　新グラウンド
〒990-8560　山形市小白川町１－４－１２

◆アクセス（交通手段等）の詳細は下記リンクをご参照ください。
https://www.yamagata-u.ac.jp/jp/access/#koji

小白川キャンパス案内図.pdf
PDF ファイル 151.9 KB
ダウンロード
◆グラウンド使用上の注意
こちらよりご確認ください。

◆駐車場について
恐れ入りますが、近隣のコインパーキングをご利用いただき、路上駐車や枠外に駐車しないようにお願いいたします。近隣のコインパーキングは添付資料「近隣駐車場」をご確認ください。送り迎えの際は、正門から入ってすぐのロータリー部分での乗り降りをお願いいたします。周辺道路での車の乗り降りは渋滞の原因となりますので、ご遠慮いただきますようお願い申し上げます。

◆更衣室について
体育館にあります。
◆募集要項
【対象】小学 5 年生～中学生の健康な男女。ラグビー経験の有無は問いません。 ※基本は全 10 回に参加できる見込みがある方。

【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ください。
※開催日 10 日前までにお申込いただけない場合、保険の適用が間に合いませんのでご注意ください。
※お申し込み後にキャンセルをされる方は WEB サイトの「お問合わせ」より、12 日前までにご連絡ください。12 日未満のキャンセルは保険料をご負担いただくこととなります。

【定員】約 30 名程度（先着順）

【お申し込み方法】
下記ボタンをクリックし、お申し込みページへお進み下さい。

本事業の１０回の練習会への参加者の募集は停止いたしましたが、今後も山形県ラグビー協会主催の平日のラグビー教室が開催される可能性もございます。今後の情報を確認したい方は山形県ラグビー協会のページでご確認およびお問合せください。

【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）
・マスク、運動のできる服装、練習中の飲み物、運動靴 or トレーニングシューズ or スパイク

【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。

2022 山形県クラス第 1 回(2022/8/16)
本日より放課後ラグビープログラム山形クラスがスタートしました。県内全域（山形市、上山市、河北町、東根市、鶴岡市）から小中学生１６名の申し込みがあり、初回は８名でのスタートでした。

山形クラスでは
【ミッション】
　『山形に新たなラグビー環境を作り、ラグビーファミリーを増やす』

【ビジョン】
・新たなネットワークを作る　（参加者同士、参加者とスタッフ、スタッフ同士など）
・参加者にとってプラスのラグビー経験を与える（知識や技能の選択肢を広げる）

【バリュー】
・楽しむ（コーチも選手もラグビーを積極的に楽しもう）
・挑む（新たな考え方や技術に積極的に挑もう）
・繋がる（より多くの仲間と積極的に繋がろう）

を設定し、スタッフ全員で参加者の皆さんの「参加してよかった」「楽しかった」をたくさん引き出せるプログラムを目指します。

最初は、今日初めて会う仲間に戸惑っている様子でしたが、体を一緒に動かしているうちに自然にコミュニケーションがとれるようになってきました。

今回ラグビーに初めてチャレンジする参加者もいましたが、身体能力と吸収力が高い選手が多く、今後の成長がとても楽しみです。

〈実施内容〉
・開校式
・コーディネーショントレーニング
・ボールゲーム
・タッチフット
・パーソナルスキル

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）、小松恒誠（サポート）、新井匠（サポート）

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 2 回(2022/8/23)
第２回目は、参加者が１５名に増え、山形大学ラグビー部の協力もあり、初回よりも活気のある雰囲気で活動することができました。

今回から練習中のキーワードを「考えること」「工夫すること」に設定し、
どんな練習でも、どんな場面でも、考えて工夫する姿勢を大切にして取り組んでいきます。

第２回目のテーマは「前進」でした。
・相手を誘導するためには？
・ボールをもらうまでの動きは？
などを考えながら練習を進めていきました。

最後に行ったタッチフットでは前回と比べ、スピード感があり、積極的に前進する姿がたくさん見られました。

〈実施内容〉
・コーディネーショントレーニング
・１対１
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）、小松恒誠（サポート）、新井匠（サポート）、高橋宗成（スポット）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 3 回(2022/8/30)
前回に引き続き、山形大学ラグビー部の皆さんにも協力していただき、楽しく明るい雰囲気

の中で活動することができました。

第３回目のテーマは「サポート」。
・どの位置にサポートするといい？
・どんなタイミングでサポートするといい？
などを考えながら、「スピードを落とさずにプレー継続させること」を意識して練習を進めていきました。

サポートをテーマにしたことで、自然とコミュニケーションが増え、スピード感がある攻撃が前回よりも継続するようになりました。まだ、３回目ですが、選手の吸収力の高さに驚いています。これからも更なる成長に期待しています。

〈実施内容〉

・コーディネーショントレーニング

・１対１
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン)、新井匠（サポート)、村山隆太（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 4 回(2022/9/6)
第 4 回目の参加者は１７名。今回は地元テレビ局２社（TUY 様・YTS 様）と山形新聞様より取材をしていただきました。ほぼ全員が参加することができ、今までで一番活気のある雰囲気の中で活動することができました。

第 4 回目のテーマは「スペース」。
・どこのスペースが空いている？
・スペースはどうやって作る？
・スペースをどう使う？
などを考えながら、「コミュニケーション」を意識して練習を進めていきました。

前回までの「サポート」の意識が高く、近いスペースにスピード良く攻撃する場面は多くありましたが、外のスペースを使ったり、敵を惹きつけてスペースを作ったりする場面が増えると更にレベルがアップすると感じました。

RUGBY
11
9
10

〈実施内容〉
・コミュニケーションドリル
・パスドリル
・３対２
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン)、小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 5 回(2022/9/13)
このプログラムも半分の 5 回目を迎え、コミュニケーションも次第に増え、いい雰囲気の中

で活動が続けられています。今回もほぼ全員の１８名で活動することができました。

第５回目はテーマは「外のスペース」
・どうやってボールを運ぶ？
・誰が運ぶ？
・ボールを持っていない人の動きは？
などを考えながら、「展開」を意識して練習を進めていきました。

今回は、山形大学の学生が中心となってグループ毎にメニュー考えて取り組んだり、グルーピングの方法を変更するなど、これまでとは違うやり方にチャレンジしました。

大学生も含めて、戸惑ったり悩んだりする場面もありましたが、その分、考えたり工夫する時間に繋がったと思います。次回もたくさんのチャレンジしましょう。

〈実施内容〉
・ダウンパス
・グループトレーニング
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）、小松恒誠（サポート）渡邊悠也（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 6 回(2022/9/20)
第 6 回目の今回も、ほぼ全員の１８名で活動することができ、充実した内容となりました。山形市内の学校でも話題になっているようで、新規の問合せもあり、この活動の認知度も高まっているように感じます。

第 6 回目はテーマは「連続アタック」
・次の攻撃に備えるためのポジショニングは？
・自分の役割は？
などを考えながら、ゲーム中のコミュニケーションを意識して練習を進めていきました。

決められた動きを実行するのではなく、その場その場でそれぞれが判断しなけらばならなかったので、これまでで一番難易度の高いテーマだったと思います。

考えを持ってプレーをし、うまくいったこと、いかなかったことを振り返り、その経験を次回につなげていってもらいたいです。

〈実施内容〉
・スペースゲーム
・４対３→３対２
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）村山隆太（サポート）
渡邊悠也（サポート）

山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 7 回(2022/9/27)
このプログラムも第 7 回目になり残りの活動も少なくなってきました。中学生は、中総体や学力試験の時期のようでしたが、ほぼ全員の１７名で活動することができました。

これまではゲーム中心で活動してきましたが、今回は基礎スキル（主にパススキル）に取り組みました。また、今回から学年やレベル（体格やスキル）に応じて 2 グループに分けて、それぞれで活動を行いました。

基礎的なスキルアップを中心に取り組むグループと、スキルの応用を中心に取り組むグループに分かれたことで、今までよりも個々の課題感に応じた取り組みになったなったと思います。

意図を持ってプレーする場面が増え、コミュニケーションの質も変化してきたように感じました。考えること、工夫することを継続し、残りのプログラムでも自分の可能性にチャレンジしてくれることを期待しています。

〈実施内容〉
・スペースゲーム
・スキルアップドリル（パス・サインプレー）
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）渡邊悠也（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 9 回(2022/10/11)

少し肌寒くなってきましたが、第９回目の今回はこれまでで最多の２０名で元気に活動することができました。

第９回目の今回は、これまでの取り組みで行ってきたことを総合的に活用し、

・相手や仲間の状況を見て判断すること
・仲間とコミュニケーションをとって工夫してプレーすること
・失敗を恐れずにチャレンジすること

に意識して、ゲーム中心の活動を行いました。

相手のスペースを見て仕掛けたり、仲間の仕掛けに反応してフォローする動きが増えた様に感じます。そして、キックを使った効果的な攻撃も見られるようになりました。

次回は最後になりますが、考えたことを仲間と共有しながら、連携したプレーが増えること

を期待しています。

〈実施内容〉
・スペースゲーム
・２対２
・３対３
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）
渡邊悠也（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 10 回(2022/10/19)最終回

山形クラス最後の１０回目もこれまでで最多の２０名で元気に活動することができました。

１０回目の今回は、ルール・エリア・人数などを変更しながらタッチフットを行いました。

・これままで取り組んできたスキルを活用すること
・楽しんでチャレンジすること
・積極的にコミュニケーションをとること

を意識して活動に取り組みました。

状況に応じてキックを使ったり、仲間とコミュニケーションをとながらクロスやループなどの動きも自然と行えるようになってきました。意図を持ってプレーしたり、仲間の意図を感じながらのプレーが増えた様に感じました。

最後の閉会式では、
「楽しかった」「成長できた」「新たな仲間に出会えた」「また参加したい」
という感想がたくさんありました。

今回で、このプログラムは終了になりますが、これからもそれぞれの形でラグビーに関わり、

ラグビーを楽しんでもらえたらと思います。ありがとうございました。

〈実施内容〉
・タッチフット
・閉会式

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）
渡邊悠也（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド

2022 山形県クラス第 9 回(2022/10/11)

少し肌寒くなってきましたが、第９回目の今回はこれまでで最多の２０名で元気に活動することができました。

第９回目の今回は、これまでの取り組みで行ってきたことを総合的に活用し、

・相手や仲間の状況を見て判断すること
・仲間とコミュニケーションをとって工夫してプレーすること
・失敗を恐れずにチャレンジすること

に意識して、ゲーム中心の活動を行いました。

相手のスペースを見て仕掛けたり、仲間の仕掛けに反応してフォローする動きが増えた様に感じます。そして、キックを使った効果的な攻撃も見られるようになりました。

次回は最後になりますが、考えたことを仲間と共有しながら、連携したプレーが増えることを期待しています。

〈実施内容〉
・スペースゲーム
・２対２
・３対３
・タッチフット

〈指導者〉
佐藤悠介（メイン）小松恒誠（サポート）新井匠（サポート）
渡邊悠也（サポート）
山形大学ラグビー部

〈場所〉
山形大学小白川キャンパスグラウンド