

福島県クラス

◆クラス概要

【福島県クラス】

実施期間：2023年9月20日～2023年11月22日（全10回）

開催時間：18:30-20:00

開催日程：<水曜日>9月20日、9月27日、10月4日、10月11日、10月18日、10月25日、11月1日、11月8日、11月15日、11月22日

実施会場：福島県立磐城高校（〒970-8026 福島県いわき市平高月7）

協力団体：福島県ラグビーフットボール協会、福島県立磐城高等学校

メインコーチ：坂本 幸司（JRFU公認A級コーチ、男子セブンズユースアカデミー総括、福島県ラグビーフットボール協会強化・女子委員、小名浜海星高等学校教諭）

サポートコーチ：大河 原浩（JRFU公認A級コーチ、福島県ラグビーフットボール協会強化委員、福島県国体成年チーム監督）

サポートコーチ：根本 瑛佑（JRFU公認スタートコーチ、福島県ラグビーフットボール協会女子委員、福島県国体女子チームコーチ、磐城高校講師）

サポートコーチ：上遠野 峻（JRFU公認スタートコーチ、福島県ラグビーフットボール協会普及委員、いわき支援学校講師）

◆参加人数

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
9	5	8	3	5	28	2	30

◆クラスの実施結果まとめ

天災の影響で開催が危ぶまれたクラスではあったが、磐城高校の全面協力のもと無事に開催することができた。既存の平日の練習会をさらに拡大させるきっかけとして開催した福島県クラス。新規の参加者も増え、今後、クラスを拡大する方向とこのことで狙い通りの展開となった。数少ない原石を地域のラグビー関係者で大切に育成する意識が感じられるクラスであった。またメインコーチであり管理者でもあった高校教諭の坂本氏が高校のカテゴリーだけでなく、地域の小・中学生のラグビー振興にも貢献していることは素晴らしいことである。今後、福島県の放課後ラグビーが競技人口の少ない地域のモデルとなってくれることを期待している。



◆クラスレポート

<https://www.houkagorugbyjrifu.com/福島県クラス/2023福島県クラスレポート/>

指導者アンケート

クラス名	福島県クラス
担当指導者	坂本 幸司
アシスタント	大河 原浩、根本 瑛佑、上遠野 峻、柴田 桃佳、磐城高校ラグビー部女子
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） 当初の予定からは変更（水害のため）も、十分な広さを確保できた。野球の外野をイメージしてもらえればよい。照明もラグビーするには最低限度の明るさはあった。磐城高校の女子部員のサポートが効果的だった。また、彼女たちにとっても良い練習になったと同時に、数名の教員希望者にとって良い学びになった。学校も駐車場使用を含めてたいへん協力的だった。
	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） 以前から、水曜夜のラグビー練習会（いわきラグビースクール中心）が実施されていた。ここに新規の子供たちが加わって展開されていった。
	グラウンド確保の借用方法（手続き、借用方法の流れ） 磐城高校ラグビー部顧問を通じて申請、許可。
指導内容 (方針)	10回の教室からの指導のターゲット（目標） ・ラグビーを楽しむこと・ボールを持っていないときの動きを理解すること とかくスキルと言えばボールを持ったことに偏りがちだが、上記を理解することで足が遅くても、パスが下手でも自分を活かせる達成感（楽しみ）を味わうことができるはず。ディフェンスもたのしい！
	1日のプログラム組み立ての考え方 コーディネーション的な動きづくり、体の使いかたをアップで導入。基本スキル、前を見る習慣だ出来るようなミニゲーム、幅と深さを感じられるタッチフットで、どこに行っても、何を見て、どうするかを問いかけ続けた。終わりにコーチ間の振り返りを行い次回のテーマを共有させながら実施できた。
	教えるときに注意した点や指導テクニック 肯定的な声掛け、考えさせるような問いかけ。チャレンジの姿勢や、正解らしいことが出たときの「nice」コール。

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）
	多種多様。
	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）
	きわめて楽しそうだった。
	10回の指導からの成長具合や理解度、指導からの印象
メッセージ	指導をした参加者へのメッセージ
	楽しくラグビーしてくれてありがとう。またラグビーしましょう！！
雑感	「できる」（認められる）は「楽しい」を再認識。チャレンジ「できる」マインドを持つこと、持たせることが子供にはとても大切ということですね。大人も楽しむ環境の中で、子どもの活動が実施できたのはとても良かった。また何か考えます。
自主運営の計画	今後も17:30から県協会独自の「放課後ラグビークラブ」を、その後19:00から以前から続く水曜夜のラグビー練習会を実施していく。両方に参加する子も増えてくる可能性が高まっている。（少々長くなるが）既存の子供にも、新規の子供にも楽しめて先につながる内容にしていく。

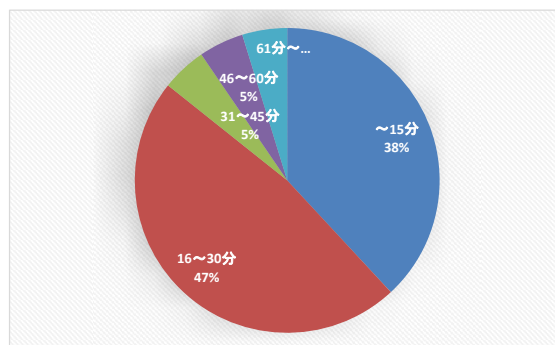
参加者アンケート（回答数21 / 参加数30）

回答者内訳

	学年	所属ラグビーチーム	ポジション
1	小学5年生	なし	
2	小学5年生	いわきラグビースクール	ウイング
3	小学5年生	金曜教室	
4	小学5年生	勿来ラグビースクール	フォワード
5	小学5年生	いわきラグビースクール	フォワード
6	小学6年生	いわきラグビースクール	スタンド
7	小学6年生	いわきラグビースクール	フォワード
8	小学6年生	勿来少年ラグビースクール	
9	中学1年生	勿来少年ラグビースクール	センター
10	中学1年生	いわきラグビースクール	スクラムハーフ
11	中学1年生	福島県選抜	フォワード
12	中学1年生	なし	
13	中学1年生	いわきラグビースクール	
14	中学1年生	勿来少年ラグビースクール、福島選抜	バックス
15	中学1年生	なし	
16	中学2年生	勿来ラグビースクール	センター、ウイング
17	中学2年生	福島選抜	
18	中学3年生	なし	
19	中学3年生	勿来ラグビースクール	スクラムハーフ
20	中学3年生	いわきラグビースクール	
21	中学3年生	いわきラグビースクール	バックス

通学時間

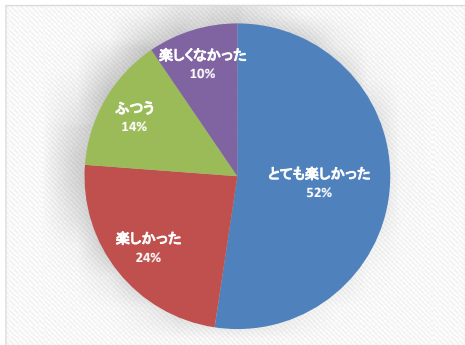
	時間	交通手段	～15分	16～30分	31～45分	46～60分	61分～
1	～15分	車での送迎	8	10	1	1	1
2	～15分	徒歩					
3	～15分	車での送迎					
4	～15分	徒歩					
5	～15分	車での送迎					
6	～15分	車での送迎					
7	～15分	車での送迎					
8	～15分	徒歩					
9	16分～30分	徒歩					
10	16分～30分	車での送迎					
11	16分～30分	車での送迎					
12	16分～30分	車での送迎					
13	16分～30分	車での送迎					
14	16分～30分	徒歩					
15	16分～30分	車での送迎					
16	16分～30分	車での送迎					
17	16分～30分	車での送迎					
18	16分～30分	車での送迎					
19	31分～45分	車での送迎					
20	46分～60分	車での送迎					
21	61分以上	車での送迎					



質問 1

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	楽しなかった	全く楽しなかった
11	5	3	2	0

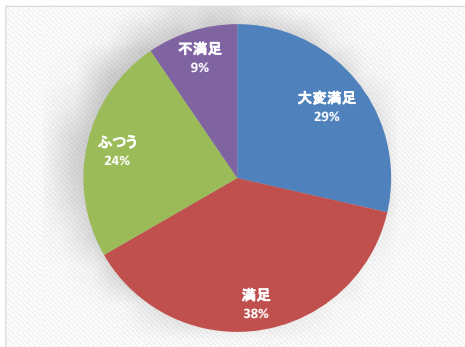


【理由】

◆とても楽しかった◆
色々な学校の人達と練習が出来た。
タッチフットが楽しかった。
仲がいいスクールの子と一緒に参加できたから！
ラグビーが好きだから、目標がラグビー選手、花園、日本代表です。
女子のメンバーが多くいて一緒に活動できたので。
普段のスクールとは違った練習内容だったから。
友達ができ、ラグビーのルールも分かり、観戦も楽しかった。
初めてやったスポーツだったが考えながらやると奥深くもっとうまくなりたいと思った。
◆楽しかった◆
活動の前半は、怪我のため参加できず、後半の3レッスンの参加でしたが、大変お世話になりました。ありがとうございました。もっと参加したかったです。
自分のスクール以外の人たちと練習できたこと。自分に足りない部分があったこと。
◆楽しなかった◆
初心者混在のためレベルにあった練習でなかった。

②「放課後ラグビープログラム」の運動量はどうでしたか？

大変満足	満足	ふつう	不満足	大変不満足
6	8	5	2	0

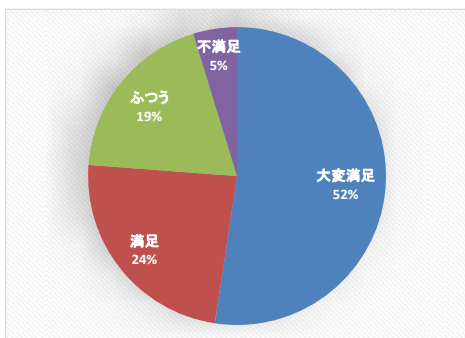


【理由】

◆大変満足◆
もっとやりたかった。時間が短かった。
筋肉痛になるくらい動けた。
部活引退後適度な汗がかけた、
自分の体力に合っていた。
◆満足◆
タックルが苦手でコンタクト系の練習もしたいです。
キツすぎず、次の日に疲れが残らなかったから。
休憩が多目でしたが、しっかり動けました。
休憩もあるので良かった。
1時間半は、集中して練習するのに丁度良かった。
◆不満足◆
初心者混在のためレベルをおとした練習のため。

③「放課後ラグビープログラム」で教わる内容はどうでしたか？

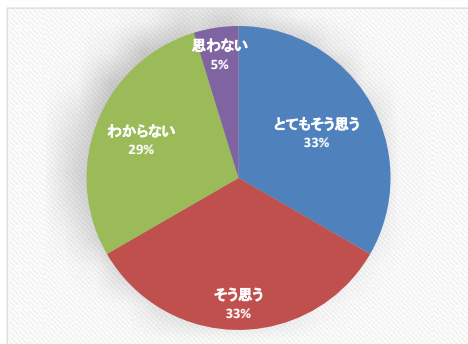
大変満足	満足	ふつう	不満足	大変不満足
11	5	4	1	0



【理由】

◆大変満足◆
分かりやすかった。
やりたいと思うプレーがたくさん組み込まれた練習内容だった。
ルールもわからないで参加したが、わかるようになったため。
スクールでやらない練習も多くあったため。
終盤のタッチフットが楽しかったです。
初心者でも分かりやすく教えてくれたから。
◆大変満足◆
パススキルやキック、バックスの基本的な動きを学べたから。
初心者も楽しめる内容でした。
◆不満足◆
放課後ラグビー以前からあった水曜日夜の練習会のほうがよい。

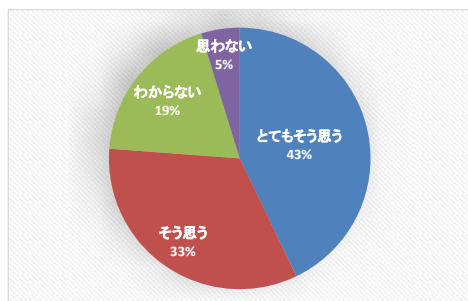
④放課後ラグビープログラムに参加してラグビーが上達したと思いますか？	とてもそう思う	そう思う	わからない	思わない	全く思わない
	7	7	6	1	0



【理由】

◆とてもそう思う◆ 短かったけど、最初より良かったと思う。 蹴るタイミングや、パスのタイミングなど、基礎をしっかりと身につけることができた。 サポートに積極的に行くようになったと思う。
◆そう思う◆ プレー（パスやラインの作り方）のタイミングがスムーズにできるようになった。 基礎的なことを再確認できたので。
◆わからない◆ 参加回数が少なかったので、もっと参加したかった。
◆思わない◆ 放課後ラグビー以前からある水曜夜の練習会のほうがよい内容だと思います。

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
	9	7	4	1	0



【理由】

◆とてもそう思う◆ 自分の学校では、今回の水曜日が部活がない曜日なので参加しやすかったです。部活ではラグビーとの両立を快く受け入れていただいています。土日だと試合とかぶってしまったかもしれません。 またやりたい。 もっと上達したいから。 楽しかったため。 ボールにさわる機会を増やしたいから。
◆そう思う◆ 自分のスキルアップをしたい。 試験や塾などと日程が重ならなければ、ぜひ参加したいと思います。 体を動かす事が好きなので、中学部活が休養日なら、是非参加したい。
◆思わない◆ 放課後ラグビー以前からある練習会に参加する予定です。

質問2

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	12	ラグビー、水泳、駅伝
2	ラグビー	13	ラグビー、陸上
3	ラグビー	14	バスケ、ラグビー
4	ラグビー	15	陸上、ラグビー
5	ラグビー	16	陸上
6	ラグビー	17	陸上
7	ラグビー	18	サッカー
8	ラグビー、バスケットボール	19	サッカー、野球
9	ラグビー、バスケットボール	20	ソフトテニス
10	ラグビー、バドミントン	21	特になし
11	ラグビー、水泳		

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	今までも水曜日に練習をしていましたが、自分のチームの人だけではない練習で、プレースタイルの違いがわかり勉強になった。
2	楽しかった。
3	全体的に楽しかったです。
4	いつもと違うスタイルでラグビーができて、ラグビーの楽しさを感じた。
5	仲がいい友達と楽しみながら参加できました。パススキルやバックスの基本的な動きなど、今後のラグビーに活かしていこうと思います。
6	とてもわかりやすく丁寧に教えてもらえた。仲間にも恵まれとても楽しかったです。
7	風邪などで欠席が多くて思うようにラグビーをできませんでしたが、それでも参加できた日は楽しかったです。
8	指導いただいた方が本職の先生の方々が指導していただき参加者に大事な事 プレーに活かすことをわかりやすく指導いただきました。
9	毎回目標を設定していただきいろいろなプレーの仕方を学ぶことができてよかったです。
10	すごく楽しかった！

11	疲れたけど、やりがいがある。
12	他のスクールの子とも一緒に練習できて大変勉強になったようです。
13	参加する前よりも、視野が広くなり判断力がついたため、自分のプレーに自信が持てるようになった。
14	何もわからずなんとなくで参加したが、楽しくなり、高校進学後の選択肢の一つとなった。またやってみたい。
15	新しい仲間が出来たのがよかった。
16	いつも練習している仲間と楽しくラグビーが出来た。
17	一度しか参加できませんでしたが、普段教わらないコーチや選手と一緒に練習でき良かった。
18	楽しかった。
19	よくわからない。
20	放課後ラグビー以前からある練習会と同じ内容だと聞いていましたが違いました。

③この「放課後ラグビープログラム」に求めることや、期待することはなんですか？	
1	個人のレベルに合わせた練習を少し取り入れて欲しいです。
2	スキルアップ。
3	もう少し細かなアドバイスをして欲しい。
4	ハンドリングをもっと教わりたい。
5	これからラグビーを続ける上で、基礎をしっかり学びたい。
6	また開催する時はもっと参加してみたいです。
7	ラグビーの楽しさ。今後も続けていきたいといった気持ちにさせる。
8	今の練習で満足でした。
9	また次もやってほしい。
10	強化、スキルアップ、走りながらのパスやりたい。
11	今後ぜひ開催よろしくをお願いします。
12	基礎を元にした練習。
13	サッカーやバスケのように大人のチームや誰でもわかるようにルールが浸透すれば敷居の高さなど感じず気軽に参加できるのではないかと思った。
14	タックルやキックの練習。
15	思いきり身体を動かさせ、楽しめる練習。
16	ラグビーを始めるきっかけとなること。
17	もうちょっと早い時間がいいです。

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	自身のスクールの子が多かったこともあり、毎回、楽しく参加していました。
2	毎回やり切った感があったみたいなので良かったです。
3	戸惑いなどが感じられました。
4	スクールの練習より少ない人数なので考えながらゲームをできていた気がする。
5	毎回、取り組み課題があって、どんな動きを練習するのか明確で、コーチからも動き方のアドバイスを都度いただけたので、ゲーム形式でも練習したことを実践しやすかったようです。普段ポジションや動き方がわからず消極的になりがちなのですが、今回のプログラムでは、とてもわかりやすく積極的に動くことができたようです。ありがとうございました。
6	プログラムが始まる前からとても楽しみにしていましたが、前半、怪我をしてしまい残念でしたが、回を重ねる毎に、仲間が増えて楽しそうでした。
7	風邪であまり参加できませんでしたが、それでも楽しそうに参加していました。
8	毎回楽しみに参加していました。普段は中々やらない宿題も練習に行く前に全部終わらせて行くほど練習に行きたくしょうがない様子でした。
9	普段の練習より同性(女の子)が多くて楽しそうでした。
10	回数を重ねる毎に楽しそうに参加していた。いつもの教室より実践的な練習で刺激になったと思います。他の教室の子との交流が出来て良かった。
11	体調管理が出来て、やった事ない事が出来たり楽しかったそうです。
12	毎回楽しんで参加していました。
13	楽しい中にも、学ぼうとする姿勢が見られ、回を重ねるごとに成長を感じることができた。また、練習したことを試合などに活かせるようになった。
14	痩せ型の息子でもラグビーができるということがわかった。楽しく参加できた。
15	部活動のない日は身体を持って余っているのでこのような機会を与えていただき、感謝しています。
16	参加していた子供達がほぼいつものクラブチームメイトだったので指導して下さったコーチが違ったので新鮮だったようです。
17	一度しか参加できませんでしたが、普段教わらないコーチや選手と一緒に練習でき良かった。
18	遅い時間ではありましたが、毎回楽しみに参加していたので良かったと思います。新しい友達ができたり、コーチなど今までに関わりのない方と接して学校では学べない事を学んでくれたと思っています。
19	途中から行かなくなりました。
20	放課後ラグビー以前からある練習会のほうが楽しいようです。

②「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を教えてください。	
1	現在のままでも十分だとは思いますが、子どものところでも書いたように、個々のレベルに合わせた練習の時間を少し入れていただけると良いかと思います。
2	礼儀、挨拶など。
3	保護者的には練習できる環境を与えてもらっているだけで凄く助かりました。
4	攻守の動きのテクニックを教わりたい。ハンドリングなど基本的なことをミスが少なくなるようにしっかりと練習したい。
5	アットホームな雰囲気の良いので、これからものびのびしたレッスンで子供達を育成してほしい。
6	基本的な身体の動かし方を学んで、ラグビーだけでなく、いろいろなスポーツに役立てるようにしてもらえたらと思います。
7	ラグビーの楽しさ。今後も続けていきたいといった気持ちにさせる。
8	部活や仕事の関係で遅刻したりギリギリのことも多かったのですが、あたたかく受け入れてくださるので通いやすかったので、変わらないと嬉しいです。
9	通常の教室では教われない、より実践的な内容だと、参加しがいがある。
10	運動能力、強化。
11	また開催お願いいたします。
12	基礎を元に、応用や展開の練習。
13	ラグビーが身近なスポーツであることをもっとみんなにわかってもらえるような機会があればいいと思う。手軽にできるということがわかれば習い事の一つになるのではないかな
14	いろいろな仲間と楽しく活動して欲しい。基本的なことを徹底して教えて欲しい。
15	参加している子供達が楽しくラグビーできる事。
16	ラグビーを始めるきっかけとなること。
17	まだまだ初心者なので、本人がやりがいを感じ参加できればと思っています。

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	4	8

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	2,000円～3,000円
2	3,000円
3	3,000円
4	3,000円
5	3,000円～5,000円
6	4,000円
7	5,000円