

川崎市ラグビースクール 中学生 指導学習要綱

スキル	ランニング	パス	ハンドリング	コンタクト	タックル	キック	ユニットスキル	コミュニケーション
達成目標	<ul style="list-style-type: none"> ◆サポートランニング ・パス&フォローができる ・ボールキャリアの後ろにスペースを見つける ・ポイントのフォローに入る ⇒判断力の向上、指示の声を出す(タイミング&強弱)、相手の動きも見つつ走る 		<ul style="list-style-type: none"> ◆ハイボールキャッチ ・指先でキャッチする ・ストロングスタイルを取る ・ジャンプしながらのキャッチ ・キャッチできなくてもノックンにならない体勢(半身)でのキャッチ ◆ダイブパス ・ボールを持った瞬間にパスをする ◆スクリーンパス ・半身になってドライブする ・ずらして当たる(下半身の強化) 				<ul style="list-style-type: none"> ◆ラインアウト ・まっすぐにボールを投入できる ・リフティング⇒キャッチができる ・ルールの理解(ノット5mや解消等) ・ラインアウトモールを形成できる(球出しの緩急) ◆スクラム ・正しい姿勢(足の位置、バインド等) ・ルールの理解(フットアップ、ノットストレート等) ◆バックラインの攻撃 ・サインプレーでデコイランができる ◆フェイスプレー ・ハンマサポート、モー 	<ul style="list-style-type: none"> ◆声を出す ・ボールキャリアに対しての指示 ・ディフェンス時ノミネートの声 ・ルールの理解(ノット5mや解消等) ・ラックやモール時に立った時 ・ラックやモールサイドのピラー・ポストに立った時等

will be update