

# タグラグビー簡易指導手順

| 順 | 項目            | 内 容   | 備 考   |
|---|---------------|---|---|
| 1 | タグラグビーの説明     | (1) タグラグビーのイメージをつかむ。<br>(2) タグラグビーのルールを知る。<br>タグを取られずにボールを前に持っていき(広いスペースを見つける。)相手ゴールラインを越えたら得点(1点)が入る。<br>タグを取って前進を止める。   | ・ タグラグビーの DVD やビデオがあれば視聴してから実施すると、よりわかりやすい。   |
| 2 | タグの装着ととり方や返し方 | (1) 安全なタグのつけ方を知る。<br>両サイドにタグを付ける。<br>サイドとは「気をつけ」での腕や手の位置。<br>(2) タグの正しいとり方<br>できるだけ大きな声と「タグ」と声を出し、タグを頭上にあげる。<br>(3) タグの返し方<br>とったタグは手渡しで返す。<br>「ありがとう」のコミュニケーションが大切である。<br>タグを投げ捨てる行為は反則行為。   | ・ シャツやゼッケンの上からタグを付ける。<br>ベルトが見えるようにする。<br>・ 取る邪魔をしない。<br>・ タグを取られた者と取った者は、タグの受け渡しが終わるまでは試合に参加できない。                  |
| 3 | ボールの持ち方とパス    | (1) ボールの持ち方<br>手のひらを広げて、両手で持つ。<br>(2) パスの仕方<br>パスは両手でいき、振り子のように体をひねって、相手に胸を向け目を見てからパスをする。   | ・ 手の位置に注意：とがった方は持たない。<br>・ ボールは膝の高さまでおろす。   |
| 4 | パス練習          | (1) 円形でパス練習をする。<br>円の外側を向いてパスをする。<br>20回パスしたら中央に集まって、ボールを頭上にあげ、全員がボールに触り、「トライ」と叫びずわる。<br>円形ランニングパス<br>チームで作った円形を走りながら、後ろに人にパスをつないでいく。20回パスをしたら、「トライ」と言って全員が中央に集まりずわる。   | ・ パスが失敗して、落とした場合は、パスした人が拾ってもう1度パスをする。回数は続けて数えても良い。  |
| 5 | チームの動き方       | (1) コピーランをする。<br>ボールを持った人が先頭になり、後ろの者が先頭の人をまねをする。背中が見える位置にいつもいる。<br>笛の合図で、両サイドのどちらかにパスをする。<br>パスをしたら、パスした人の後ろに回り込む。  | ・ 体ほぐしとして最初に行っても良い。<br>・ 体をひねって後ろの人に下からやさしくパスをする。   |
| 6 | やさしいルールでの試合体験 | (1) 4人1チームで試合をする。<br>タグをとれるまで前へ走る。<br>タグをとったり、とられたりしたら動けない。<br>タグを取られたら、後ろの見方に目を見てパス。<br>トライやボールを持った選手がコートから出たり、パスがつかなくなかったりしたら、攻守がかわる。<br>見学者全員で、「タグ1」「タグ2」「チェンジ」とコールをする。<br>タグの受け渡しはきちんとお礼を言い、1人のタグしかとれない。  | ・ タグを取った者は、パスが終わるまではタグを返すことができない。<br>・ レフリーは、大きな声でコールしてあげる。<br>・ トライをしたら、大声で「トライ」と言ってあげる。<br>・ 喜びや励ましは、チーム全体でしてあげる。 |
| 7 | タグラグビーの試合     | (1) 練習試合を行う。<br>合図と共に一斉に前後半5分の試合を行う。<br>ハーフタイムに作戦会議を行わせる。<br>スペースを作る工夫とスペースを走る工夫  | ・ タグされることをおそれず、スペースを見つけて走ることの大切さを教える。   |
|   | 楽しいタグ遊びの紹介    | (1) タグを使った遊び<br>うしうまゲーム(ボールなし・ボールあり)<br>タグとりヘビ 4人組円形タグとり<br>タグ取り鬼(個人・チーム・ジャンケン)<br>タグ取り合戦・移動タグ取り・一方通行タグとり<br>(2) ボールを使ったゲーム<br>ボール集めゲーム(パスなし・パスあり)<br>ボールタッチゲーム<br>パスリレー ボールを使った各種折り返し走<br>(3) タグラグビーゲーム<br>通りぬけゲーム(点・線・エリア)<br>変形エリアゲーム 三角ジャンケンゲーム | ・ 発達段階に応じて、タグを使った遊びやボールを使った遊びなどタグラグビーの活用方法は多種多様である。   |