

2024年度 岡山ラグビースクール 年間指導計画目標

カテゴリ【高学年】

基本方針: 夢と目標を持ってミニラグビーをエンジョイし、周りの仲間と高めあえる「ラグビーが好きでたまらない」プレイヤーの育成

今年度目標: ヒーローズカップ決勝大会への切符を全員でつかみ取る!!

月	行事	指導目標	個人スキル	ユニットスキル	チームスキル
4月	7日 開校式 21日 久米川トレーナーのセッション	・高学年の自覚を持ち、岡山ラグビースクール生の見本となる。	【基本】 ・相手に負けないフィジカルの強化	【フォワード(FW)】 ・状況判断し、素早くオーバーに入る。(ボールの上を。姿勢をキープして、正面の相手を押し切る)	【全体】 ・みんなでルールを理解し、規律を守ってペナルティをしない。
5月	6日 邑久交流会	・高学年らしい挨拶や行動を心がける。	・基本プレーの徹底(パス、ラン、タックル)	・ポストに立ち、確実に内側からアップディフェンスをする。	・FW、BKが連携し、メンバー全員で勝ちにこだわり、トライを取れるチームになる。
6月	1日 ラグフェス@倉敷 下旬 ジャンボリー(高学年)	・仲間を大切に、相手への思いやりを持つようにする。	【ディフェンス】 ・目の前の相手に抜かれない。(アップディフェンスを常に意識し、必ず倒す)	【バックス(BK)】 ・常に相手をノミネートし、ディフェンスラインを揃える。	【チームプレー】 ・常に声を出そう。(仲間とコミュニケーションを密にし、プレーに活かそう)
7月	27,28日 夏合宿(千屋)	・チームメイト全員で、同じ目標に向かって挑戦する。	・相手をしっかり見て、タックルは手で捕まえるのではなく、相手にしっかり体を当てる。	・相手より先に、有利になるような状況を考えポジショニングする。	・各ポジションの役割を理解し、一つだけではなく、いくつかのポジションをこなせるように。
8月		・全員でレベルアップを目指し、日々の練習や試合に取り組む。	・ハイタックルやノーバインドのような危険なタックルはしない。	・サインや、キックを使ったプレーに挑戦する。	
9月	23日 邑久交流会	・試合で自分たちの力が100%出せるように、練習から意識させる。	・受け身ではなく、揃って前に出る。(アップディフェンスをする)	【チーム】 ・全員で揃って、アップディフェンスを徹底する。	・自分だけではなく、みんなでプレーを共有しよう。
10月	6日 タグラグビー県予選	・コーチや、自分たちに関係する人の話を最後までしっかり聞く。	【ブレイクダウン】 ・ポストには必ず意識して立つようにする。(内側からアップディフェンスを行い、内側は抜かれない。)	・アタックでも、ディフェンスでも、必ずフォローすることを意識する。	・みんなで考え、試してみても、プレーの幅を広げよう。
11月	3日 美作ミニフェス 23日 ヒーローズ中国地区大会 @びんご運動公園	・話してくれた内容を理解し、分からない場合はそのままにせず質問する。(分からないままにしないことが大切。聞きやすい環境作り)	・しっかりバインドし、オーバーで最後まで押し切る。	・インサイドランを意識して、粘り強くアタックする。	・気持ちで絶対に負けない。(自分にも、相手にも)
12月	1日 邑久交流会 8日 ヒーローズ中四国大会	・ミニラグビーのルールを共有し、規律を守る。	【アタック】 ・声を出し、コミュニケーションを取り、強さとスピードを意識する。	・ボールキープではなく、テンポのあるアタックをする。(クリーンアウトを継続して)	・ラグビーを楽しみ、全員でラグビーをする。
1月	下旬 ヒーローズカップ全国大会				
2月		・全員で声を出し、常に仲間同士コミュニケーションを取ることを意識させる。			
3月	上旬 北条大会 下旬 卒団式・修了式				