

U15BBKミーティング

- 1.ジャンボリー大会の振り返り
- 2.秋季大会に向けて

2023年8月9日

BBKコーチ 阿久根潤

1. ジャンボリー大会の振り返り

【本日のミーティングの目的】

- ① チーム全員がジャンボリー大会で3連勝できた理由を言語化する
- ② BBKが秋季大会で勝利するために改善する点
- ③ ラグビー以外の生活面で意識する点

①チーム全員がジャンボリー大会で3連勝できた理由を言語化する

| | フォワード | バックス |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 試合で通用していたプレー | <p>【①】</p> <ul style="list-style-type: none"> 他のプレイヤーと連動していた（勇太） 試合に出ている選手、オーバーで相手を超えていた、さぼっている選手がいなかった（まりあ） <p>【キーワード】 自分の役割を全うできていた コンタクトで負けていない</p> | <p>【②】</p> <ul style="list-style-type: none"> アタックの形が見えてきた。実践できた。はまった（ひなた） セットプレーのサインがはまった（かずき） 攻撃のスピードが出ていた。スピードを生かした攻撃ができていた（なると） <p>【キーワード】 アタック</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> プレー以外で相手より上回っていたところ | <p>【③】</p> <ul style="list-style-type: none"> 試合の入りが今までより良かった。相手の方が優勢に試合を進められた時もあったが、気持ちが折れなかった（はやと） チームプレーができていた（ゆうた） 全体的に声が出ていた。気持ちが一つだった。サポートする声が出ていた（ひでと） DF時に責任感が生まれた。声が出ていたから責任感が生まれた。ノミネートしていた。全体をとおして声が出ていた（ひなた） <p>【キーワード】 声 チーム全体でやること</p> | |

②BBKが秋季大会で勝利するために改善する点

| | チーム | フォワード | バックス |
|-----------|---|---|---|
| 改善が必要なプレー | <ul style="list-style-type: none">・BKのサインを教えてほしい（ゆうたからの要望）・FWとBKが連動したサインをつくる・セットプレーからのサインプレー（ラインアウト）・ポッドプレーに挑戦する・FWがラインに入るプレー・3フェイズ以降、面で上がれなくなる。ギャップを突かれることがあるので、減らしていく（はやと） | <ul style="list-style-type: none">・ペナルティ取られた時に、すぐに下がる。反応に差がある。面で上がっていない。最初にタックル行く人が決まっている（まりあ）・マイボールペナルティで、相手をずらすプレーをしてほしい。真正面から当たらない（ひなた） | <ul style="list-style-type: none">・DF時ノミネートした後、相手のアタック選手からずらされた時にどのように対応するのか（ひなた） |

③ラグビー以外の生活面で意識する点

| | チーム |
|-----------|---|
| 生活面で意識する点 | <ul style="list-style-type: none">・先読みして生活する（りゅう）・体を作るためにたくさん食べる（ゆうた）・トレーニング。例えば腕立て、プランク等（ゆうた） ゆうたが指示をだして、それに取り組む →やることを宣言させ、報告させるスタイルに変更する（あくね）・中長期視点でチームのことを考えてほしい。後輩育成（ゆうた）・ルールを覚える（ひなた）・たくさん食べる。体を大きくする。私はどんぶりでご飯を2杯食べます（ひでと）・ラグビーを忘れないように、ラグビーボールを飾る（すけ）・勉強もしっかりやって、ラグビーに集中する（しゅんや）・早寝早起き（ふくと）・規則正しい生活をする。YouTubeは程々にする（ふくと）・時間を守る（ふくと）・話を聞く態度。目を見て話を聞く（とんとん） |

2. 秋季大会に向けて

| | 秋季大会に向けて取り組むこと |
|-------|--|
| チーム | <ul style="list-style-type: none">・練習時、移動のスピードを速くする・FWとBKの連携（アタック、ディフェンス両方）・練習の時から声を出す |
| フォワード | <ul style="list-style-type: none">・ラックに入るスピードを上げる。ラックまで到達していない。近場で仕事をする |
| バックス | <ul style="list-style-type: none">・DFの強化。フェイズを重ねられても、相手に抜かれない・サインプレーの精度を上げる |
| 生活面 | <ul style="list-style-type: none">・自ら体を鍛える・ラグビーの試合をみて、いいプレーをマネする |

参考：阿久根コーチが考えたこと

①チーム全員がジャンボリー大会で3連勝できた理由を言語化する

| | フォワード | バックス |
|-----------------------|---|--|
| • 試合で通用していたプレー | 【①】 <ul style="list-style-type: none">• 1対1のコンタクト、前に出る力• オーバー• コンタクトフィットネス | 【②】 <ul style="list-style-type: none">• 組織ディフェンス（もう少し整備が必要だが）• 縦突破（カズキ、ナルト、ヒナタ、ハヤト）• ナルトのスピード• ヒロマサのパス |
| • プレー以外で相手より上回っていたところ | 【③】 <ul style="list-style-type: none">• ベンチの声出し、試合に出ている選手への応援• 負けたくない気持ち• 手を抜かない姿勢（相手をリスペクトする姿勢） | |

②BBKが秋季大会で勝利するために改善する点

| | チーム | フォワード | バックス |
|-----------|---|---|---|
| 改善が必要なプレー | <ul style="list-style-type: none">ペナルティの数を減らす | <ul style="list-style-type: none">密集で内側から湧き出るディフェンススクラムのフッキングラインアウトのスロー（ノットストレートしないようにする）キックオフの判断（自分取るのか、別の人に任せるのか） <p>【セットプレー目標】 M/Bスクラム：100% M/Bラインアウト：90%</p> | <ul style="list-style-type: none">エリア獲得するためのキック（複数人蹴られるようにしておく）ノックオンを減らすコミュニケーションミスが減らす（例：●●が△△を見てると思っていた（←しかし、実際は見れていなかった））捕まってもすぐに倒れない |

③ラグビー以外の生活面で意識する点

| | チーム |
|-----------|--|
| 生活面で意識する点 | <ul style="list-style-type: none">• 時間を守る（10分前行動） →自分の解釈で言い訳しない（洗濯物やってみました等←これは言い訳）• チャレンジする（自分で壁を作らない）• 自分で決めたことはやりきる（例：腕立て10回×5セットを毎日等）• 体を大きくするためにご飯をしっかり食べる（まずは毎日白米を2合以上）• 早く寝る（22時に寝て、6時に起きる） →起床したら自分で決めたことに計画的に取り組む |

2. 秋季大会に向けて

| | 秋季大会に向けて取り組むこと |
|-------|---|
| チーム | <ul style="list-style-type: none">• ノーペナルティ• 最後まで全力を出し切る (力を残さない。最初から100%出し切る)• 自信をもってグラウンドに立つ (そのための準備を怠らない) |
| フォワード | <ul style="list-style-type: none">• 相手のフォワードを粉碎する (強烈な当たり、強烈なタックル)• (ブラインドサイドも) ピラーとポストは必ずアップする• ゲインラインを突破する <p>【セットプレー目標】 M/Bスクラム：100% M/Bラインアウト：90%以上</p> |
| バックス | <ul style="list-style-type: none">• ボールを前に運ぶことを意識する (パスで横に散らして、キック、ランで前に運ぶ)• 100%ノミネートする• 簡単なミス無くす (サインプレーミスやコミュニケーションミスでノックオン等) |
| 生活面 | <ul style="list-style-type: none">• 時間を守る (10分前行動) ※遅刻しない |