2022年A級コーチ事前課題

課題の提出のスケジュール

**◆トップアスリート会場**

開催期日：2022年6月15日（水）〜19日（日）

事前課題提出期限 : 2022年6月10日(金）

事後課題提出期限：2022年8月31日（水）

◆**関東支部会場①**

開催期日：2022年7月13日（水）〜17日（日）

事前課題提出期限 : 2022年7月6日（水）

事後課題提出期限：2022年9月30日（金）

**◆関西支部会場**

開催期日：2022年7月20日（水）〜24日（日）

事前課題提出期限 : 2022年7月10日（日）

事後課題提出期限：2022年9月30日（金）

**◆九州支部会場**

開催期日：2022年7月27日（水）〜31日（日）

事前課題提出期限 : 2022年7月15日（金）

事後課題提出期限：2022年9月30日（金）

**◆関東支部会場②**

開催期日：2023年2月8日（水）〜12日（日）

事前課題提出期限 : 2023年1月26日（木）

事後課題提出期限：2023年3月16日（木）

課題１【実技動画撮影】

あなたの5分間の実技動画を撮影（携帯等）し、下記のフォームより動画を提出してください。なお、動画は本講習の参加者同士で共有される可能性があります。

・練習のテーマは、パス、キック、ステップ、２対１の中からどれか一つを選んでください。

・スキルの説明ではなく、プレーヤーに指導している動画を撮影してください。

・練習の開始の挨拶から終了の挨拶まで（コーチングプロセス）を含めた動画を撮影してください。

・練習中のあなたの指導の声が聞こえるように撮影してください。

・プレーヤーは2名以上。（日頃、指導しているプレーヤーである必要はありません。）

・指導対象年齢はご自身で設定してください。（指導対象年齢と動画のプレーヤーの年齢を一致させる必要はありません。）

・事前学習で学べる内容（特にコーチングプロセス）を意識して練習を行ってください。

・動画の最初にご自身のお名前とテーマと指導対象年齢を伝えてから練習を始めてください。

課題2 【World Rugbyオンライン講座】

 下記にあるWorld Rugbyオンライン講座受講を受講し、フォームよりPDFの修了証を提出してください。修了証は「マイサーフィケート（修了証）」のページからダウンロードできます。

①WRラグビーレディー

②WR競技規則

③WRラグビーにおける応急手当

課題3【自己紹介】

自己紹介を記入せよ。自己紹介は事前に他の受講者の方にも共有されます。（コーチ歴、受講動機など）

課題4【日本ラグビーの安全対策とイングリティ＆コンプライアンスの取り組みについて】 】

4本の動画を視聴し、日頃の自分の指導や考えを振り返り感想を述べよ。（200字〜300字程度）

①安全対策の取り組みと重症傷害報告

②脳振脳盪・頸髄損傷について

③安全管理プロセス

④インテグリティーの取り組み

課題5【ラグビーS&Cについて】

5本の動画を視聴し、コーチとしてS&C領域に関して意識できたいたことと、意識できていなかったことを述べよ。（200字〜400字程度）

①S&C概論

②長期選手育成

③S&Cプログラムの計画

④S&C一般的なアドバイス

⑤プレーヤーロードマネージメント

課題6【ラグビーの歴史】

動画や資料を見て、2050年の世界や日本のラグビーはどのようなっていると思うかあなたの考えを述べよ。（200字〜400字程度）

①ラグビーの歴史

②ラグビー憲章ビデオ

③ラグビーのゲーム形態の変化

課題7【ラグビーの理解】

ワールドラグビーレベル1マニュアル（P8ページからP10）と動画を視聴して、あなたのチームの原則から見た特徴（強み/弱み）を述べよ。（200字〜400字程度）

課題8【コーチングアプローチ】

ワールドラグビーレベル1マニュアル（P18）と動画を視聴し、日頃の自分の指導を振り返り、Tell、Sell、Ask、Delegateの割合を合計100％なるように表現せよ。また、このアプローチの使い分けについての考え方を述べよ。（200字〜400字程度）

課題9【コーチングスタイル】

ワールドラグビーレベル1マニュアル（P19からP20）と動画を視聴し、コーチングセンタードになる指導者は、なぜ、そのようなスタイルになってしまうのか、あなたの考えを述べよ。（200字〜400字程度）

課題10【コーチングプロセス】

ワールドラグビーレベル1マニュアル（P25からP 28）と動画を視聴し、日頃の指導を振り返り、どの程度、ここで伝えているプロセスを意識できていたかを述べよ。（200字〜400字程度）

課題11【コーチングの原則】

3本の動画を視聴し、日頃の指導について意識できていたことと、意識できていなかったことを述べよ。（200字〜400字程度）

①コーチングの基本

②コーチの仕事

③練習の原則

課題12【長期育成計画】※提出は不要

動画を視聴し、ワールドラグビーレベル1マニュアル（P35ページからP38）にある長期育成計画の年代別指導方法のワークを完成させよ。

課題13【ステークホルダーコード】

動画およびワールドラグビーレベル1マニュアル（P44〜45)を読み、ステークホルダーの共有に関して自チームの状況を述べよ。（200字〜400字程度）

課題14【コアバリュー】※提出は不要

動画を視聴せよ。講習は動画を視聴した前提で行います。

課題15【フィロソフィー】

あなたがコーチとして大切にしている哲学を漢字一文字で表現し、その理由を述べよ。（200字〜400字程度）

課題16【キーファクター/ファンクショナルロール/セレクション】

日頃、プレーヤーやゲームを分析する際にどのようなことに注目して分析しているか、あなたの考えを述べよ。（200字〜400字程度）

課題17【プレーヤーウェルフェアⅡ】※提出は不要

ワールドラグビーレベル2ワークブック（P56ページからP57）にあるワーク（シナリの対処）を完成させよ。当日にプレゼンをしてもらいます。

課題18【プレーヤーウェルフェアⅡ】

タックルとブレイクダウンの指導について安全確保の為に伝えるべきテクニックのキーファクターと指導する際に安全面で配慮すべきコーチングポイントを述べよ。（200字〜400字程度）