2021年B級コーチ事前課題メモ用資料

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、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。

・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。

・指導対象年齢はご自身で設定してください。

・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【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3 【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、集合日（実技）の受付で認定書を携帯で提示もしくは印刷したもの提出する。認定書は2021年4月以降に受講したものを提示してください。認定書をダウンロードする場合は言語の表記を「English」にして「My Certificates」のページからダウンロードしてください。

①[WRラグビーレディー](https://passport.world.rugby/ja/%E6%90%8D%E5%82%B7%E4%BA%88%E9%98%B2-%E3%83%AA%E3%82%B9%E3%82%AF%E7%AE%A1%E7%90%86/rugby-ready/)

②[WR競技規則](https://www.world.rugby/the-game/laws/home)

③[WRラグビーにおける応急手当](https://passport.world.rugby/ja/%E3%83%97%E3%83%AC%E3%83%BC%E3%83%A4%E3%83%BC%E3%82%A6%E3%82%A7%E3%83%AB%E3%83%95%E3%82%A7%E3%82%A2/%E3%83%A9%E3%82%B0%E3%83%93%E3%83%BC%E3%81%AB%E3%81%8A%E3%81%91%E3%82%8B%E5%BF%9C%E6%80%A5%E6%89%8B%E5%BD%93/)

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）

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）

課題6【ラグビーの歴史】

動画と資料を見て、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）

課題7【ラグビーの理解】

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】

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】

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】

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たいたかを述べよ。（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）

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（P33ページからP38）にある長期育成計画を読み、年代別指導方法のワーク（P35ページからP38）を完成させよ。当日にプレゼンをしてもらいます。

課題13【指導上の倫理】※提出は不要

ワールドラグビーレベル1マニュアル（P41からP42）に示されている「World Rugbyが推奨するコーチのコード」を読み、挙げられている10項目（最後に示されている「コーチの責務」は除く）について、日頃の指導で注意していること、自分の弱み、強み等をまとめよ。（200字〜400字程度）

課題14【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の自チームの状況を述べよ。（200字〜400字程度）

課題15【コアバリュー】

ラグビー憲章にある5つのコアバリューについて、あなたが最も大切にしているものと、その理由について述べよ。（200字〜400字程度）

課題16【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１文字で表し、その理由を述べよ。（200字〜400字程度）