



首都大学東京×スクラム釜石  
釜石ラグビー2019  
応援プロジェクト

首都大ラグビーパーク  
ラグビー体験会

報告

2019/03/23



## 首都大ラグビーパーク「ラグビー体験会」

3月23日（土）、首都大学東京体育会ラグビー部（以下、ラグビー部）にご協力いただき、首都大ラグビーパーク「ラグビー体験会」を本学の多目的球技場にて開催しました。

ラグビー部の学生の多くは、ラグビーワールドカップ2019（以下、RWC2019）の釜石開催に向けた【釜石ラグビー2019応援プロジェクト】に所属しています。

今回は、その【釜石ラグビー2019応援プロジェクト】に参加しているラグビー経験のない学生の「実際にラグビーを体験してみたい！」という思いがカタチとなり、ラグビー部の学生による体験会が実現しました。

### ・「ラグビー体験会」

体験会当日は、天候に恵まれず、ばらばらと雨が舞っている状態でしたが、それでも、プロジェクトに参加しているラグビー経験のない学生やHPを見て応募してくださった都立大OBの方等にご参加いただき、体験会を実施しました。

#### サークルパス

ラグビー部の学生を含め、全員で準備運動をし、体をほぐした後、早速ラグビーボールを使って体を動かしました。5、6人ずつのグループに分かれ、輪になって右、左と交互にボールをパスします。ただ、右に1回→左に2回→右に3回→左に4回・・・とパスの数も変化していくため、うまくリズムに乗れないと、ボールを落とし、最初からやり直しになってしまいます。慎重に、みんなで声を出しながら、どのグループも楽しそうに取り組んでいました。



#### 対面パス

次に、「対面パス」を体験しました。ラグビー

ボールは楕円球のため、きれいな回転をかけないと効率良く遠くに投げることができません。ラグビー部の学生は、とても簡単そうに投げていましたが、実際に体験するととても難しく、思い通りに投げることができませんでした。



#### タックル

パスの体験が終わると、いよいよラグビーの醍醐味の一つである「タックル」の体験です。体験会では、ラグビー部の学生がマットを抑えてくれたので不安なく、タックルをすることができましたが、それでも低い姿勢で飛びつくのは難しかったです。試合等では、動く相手に向かって、体をぶつけていくため、より難易度が上がります。実際に体験してみると、ラグビープレイヤーの肉体的な強さやぶつかるとを恐れない精神力の凄さを改めて知ることができました。



#### ゲーム

ラグビーの基本的な動きを一通り体験した後は、ゲーム形式でラグビーを体験しました。子どもたちも一緒に参加し、ラグビーボールを楽しそうに抱えて走る様子が印象的でした。

ラグビー部の学生が、その都度丁寧に説明してくれたり、参加者が楽しめるように盛り上げてくれたりすることで、楽しく、そして安全にラグビーを体験することができました。



今回、ラグビーの基本的な動きを体験することで、その楽しさや難しさ、さらに、選手の凄さを改めて実感することができました。

参加者から、「体験を通して、ラグビーワールドカップがより楽しみになった」といった感想が聞かれる等、【釜石ラグビー2019応援プロジェクト】として、RWC2019の機運向上に貢献できたのではないかと思います。



#### 集合写真

#### 番外編「ラインアウト」



#### 番外編「コンバージョンキック」

