

# タグラグビー実技教室（資料）

## タグラグビーとは

タグラグビーは、競技のラグビーからタックルなどの身体の接触プレーを一切排除した、性別や年齢を問わず誰でも安全に楽しむことができるボールゲームです。タグラグビー（Tag rugby）は、イギリスで、アメリカンフットボールを基にしたフラッグフットボールをヒントに考案されたとされています。危険度の高いタックルを、『タグ』に置き換え、ルールを単純化しています。

## タグ

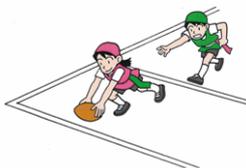
『タグ』とは、飾りヒモのことで、プレイヤーの腰に「タグベルト」を巻き、そこに左右2本のタグが面ファスナーで付けられている。このタグを相手プレイヤーが取る事で、タックルの代わりとなります。



## 基本的なルール

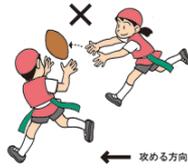
攻める側のプレイヤーは、ボールを抱えて走ったり、パスをしたりしながら前へ進み、相手のインゴールまでボールを運んで得点することをめざします。ボールを持っているプレイヤーは、前後左右に自由に走ることができますし、パスはいつでもかまいません。守る側のプレイヤーは、ボールを持って走ってくる、攻める側のプレイヤーのタグをとることで、その前進を止めることができます。

トライ



トライゾーンを越えると1点  
※ゴールを越えるだけでも1点

パスは後ろに



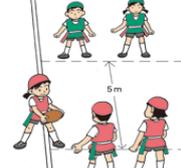
ボールを前に投げってしまった場合は、「スローフォワード」という反則になります。

タグ



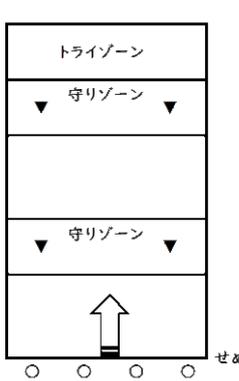
タグをとられたらすぐに走るのをやめ、タグを取られた地点から、ただちにボールをパスしなければなりません。

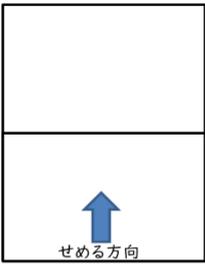
タッチ



タッチラインの外に出てしまった場合は、その地点から相手側のフリーパスで再開します。

## タグラグビー授業の進め方

	教材	内容
1	しっぽとりゲーム	<ol style="list-style-type: none"> <li>タグを取ったら、「タグ」と言って、上に上げてからその場にタグを置く。</li> <li>各チームついてるタグが多いチームの勝ち。</li> <li>時間は30秒間（勝敗がつかなければ、1分）。</li> </ol> 
2	宝運びゲーム（4対4） 	<ol style="list-style-type: none"> <li>各チーム攻撃1回守り1回（1分間ずつ）</li> <li>攻撃チームは守りをかわして、宝（玉）をトライゾーンに運ぶ。</li> <li>守りチームが、動けるのは、守りゾーンだけ。</li> <li>守りチームは、攻撃チームを通さないように、相手のタグを取って守る。相手のタグを取ったら、「タグ」と言って、タグをその場に置く。</li> <li>攻撃チームは、自分のタグを取られたら、タグをつけ直してから、もう一度スタートゾーンにもどって、ふたたび攻撃する。</li> </ol>

3	ボール運びゲームⅠ (4対4)	① 宝物運びゲームと同じようにボールをトライゾーンに運ぶ。(1分間) ② ボールは、2球。(始めにボールを持つのは2人だけ) ③ 守りは、ボールを持っている人のタグを取る。 (ボールを持っていない人のタグは取ってはいけません。) ④ タグを取られたら、 <u>タグを取られた位置から</u> 、ボールを持っていない後ろの人にパスをして、連続で攻撃する。(タグはパスをしてからつける。) ⑤ トライしたら、トライゾーンの宝(紅白玉)を持って帰る。 ⑥ トライ後の攻撃は、トライをした人と、ちがう人がボールを持って始める。
4	ボール運びゲームⅡ (4対4)	① ボール運びゲームⅠと同じ。(4対4 1分間) ② ボールは、1球。(始めにボールを持つのは1人だけ) ③ 守りがタグを取るのはボールを持っている人だけ。 ④ できるだけ止まらずに、連続で攻撃する。(タグは、パスをしてからつける。) ⑤ トライ後のボールは、順番通り(番号順)に持って、はじめる。
5	ボール運びゲームⅢ (4対4) トライゾーン 	① 4対4 (1分間) ② 守りゾーンは、コート半分。4人全員で守る。 ③ タグを取られたら、その位置からすぐにボールをパスして、再開。 タグをつけたら、また攻撃に参加できる。 ④ ボールが横の線(タッチライン)を出たら、出た所からパスで再開する。 ⑤ 前にパスするのは、反則。(どこにいればパスをもらえるのかを考えよう。) ⑥ トライ後のボールは、順番通り(番号順)に持って、はじめる。
6	タグラグビー (3対3) <b>反則</b> ・スローフォワード (前にボールを投げる) ・ノックオン (ボールを前に落とす) ・オフサイド (始めのパスをする時、大まか3歩より前に行く) ・危険なプレー(タックル、スライディング、タグを取られないように手でじゃまをするなど)	① 3対3 (3分間) ② センターラインからフリーパス(味方へのパス)で試合開始。 ③ 守りは、ボールを持っている人から、3歩はなれる。 ④ タグを取られたら、取られたところから、味方へパスをして、試合を続ける。 (守りも、タグより後ろに下がる。) ⑤ タグを取られずに、トライゾーンへトライできれば1点。 ⑥ 得点が入った時、サイドラインからボールだけが出た時、ボールを取られた時、反則をした時は、相手ボール。 <確認> ・ボールを持っている人のタグを取る。 ・転がったボールはとってもよい。 ・タグを取ったら(取られたら)、タグより下がる。 <考えたいこと> ◎ しっかりパスをするには?(キャッチするには?) ◎ パスをもらう場所は? ◎ タグを取られた時が、作戦実行のチャンスなので、他の人はどう動くのか?
7	タグラグビー(4対4)	① 4対4 (3分間) やり方は3対3と同じ <考えたいこと> ◎ タグを取られた時が、作戦実行のチャンス!どのように攻めるのか? ◎ チーム全員がトライできるように考える。



# タグラグビーをしよう!!①

年 組( )チーム

(1) ラグビーの動画を見てみよう。(ラグビーって知っているかな?)

動画を見て気づいたことを書こう。(ラグビーについて知っていることを書いてもいいよ。)

(2) 準備運動…「しっぽとり」をしよう!

ルール

- ① タグを取ったら、「タグ」と言って、上に上げてからその場にタグを置く。
- ② 各チームついてるタグが多いチームの勝ち。
- ③ 時間は 30 秒間(勝敗がつかなければ、1 分)。

(3) 宝物運びゲームをしよう!!

ルール

- ① 各チーム攻撃 1 回 守り 1 回(1 分間ずつ)
- ② 攻撃チームは守りをかわして、宝(玉)をトライゾーンに運ぶ。
- ③ 守りチームが、動けるのは、守りゾーンだけ。
- ④ 守りチームは、攻撃チームを通さないように、相手のタグを取って守る。  
相手のタグを取ったら、「タグ」と言って、タグをその場に置く。
- ⑤ 攻撃チームは、自分のタグを取られたら、タグをつけ直してから、もう一度スタートゾーンにもどって、ふたたび攻撃する。

1 回戦	
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
( )チーム	( )チーム

◎こまったことがあったら、書いてね。

# タグラグビーをしよう!!②

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」をしよう!

(2) 宝物運びゲームをしよう!!

### ルール

- ① 各チーム攻撃 1 回守り 1 回 (1 分間ずつ)
- ② 攻撃チームは守りをかわして、宝 (玉) をトライゾーンに運ぶ。
- ③ 守りチームが、動けるのは、守りゾーンだけ。
- ④ 守りチームは、攻撃チームを通さないように、相手のタグを取って守る。  
相手のタグを取ったら、「タグ」と言って、タグをその場に置く。
- ⑤ 攻撃チームは、自分のタグを取られたら、タグをつけ直してから、もう一度スタートゾーンにもどって、ふたたび攻撃する。

1 回戦		(相手チーム)
( )チーム	( )チーム	

2 回戦		(相手チーム)
( )チーム	( )チーム	

(3) ボール運びゲーム I (4対4) をしよう!!

### ルール

- ① 宝物運びゲームと同じようにボールをトライゾーンに運ぶ。(1分間)
- ② ボールは、2球。(始めにボールを持つのは2人だけ)
- ③ 守りは、ボールを持っている人のタグを取る。  
(ボールを持っていない人のタグは取ってはいけません。)
- ④ タグを取られたら、タグを取られた位置から、ボールを持っていない  
後ろの人にパスをして、連続で攻撃する。(タグはパスをしてからつける。)
- ⑤ トライしたら、トライゾーンの宝 (紅白玉) を持って帰る。
- ⑥ トライ後の攻撃は、トライをした人と、ちがう人がボールを持って始める。

1 回戦		
④ 1・2・3・4	(相手チーム)	
( )チーム	( )チーム	

2 回戦		
④	(相手チーム)	
( )チーム	( )チーム	

3 回戦		
④	(相手チーム)	
( )チーム	( )チーム	

◎こまったことがあったら、書いてね。

# タグラグビーをしよう!!③

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「宝物運びゲーム」をしよう!

(2) ボール運びゲーム I をしよう!!

1回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) ボール運びゲーム II をしよう!!

### ルール

- ① ボール運びゲーム I と同じ。  
(4対4 1分間)
- ② ボールは、1球。  
(始めにボールを持つのは1人だけ)
- ③ 守りがタグを取るのはボールを持っている人だけ。
- ④ できるだけ止まらずに、連続で攻撃する。  
(タグは、パスをしてからつける。)
- ⑤ トライ後のボールは、順番通り(番号順)に持って、はじめる。

	名前	①	②	③
1				
2				
3				
4				
5				
6				

1回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎どんな練習をすれば、たくさんトライができるだろう? チームで考えてみよう。

# タグラグビーをしよう!!④

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「パス練習」をしよう!

「パス練習」～二人(三人)で、パス  
金魚パス など…

四角形(五角形)パス

(2) ボール運びゲームⅡをしよう!!

1回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) ボール運びゲームⅢをしよう!!

ルール

- ① 4対4 (1分間)
- ② 守りゾーンは、コート半分。4人全員で守る。
- ③ タグを取られたら、その位置から  
すぐにボールをパスして、再開。  
タグをつけたら、また攻撃に参加できる。
- ④ ボールが横の線(タッチライン)を出たら、出たところからパスをして、再開する。
- ⑤ 前にパスするのは、反則。(どこにいればパスをもらえるのかを考えよう。)
- ⑥ トライ後のボールは、順番通り(番号順)に持って、はじめる。

	名前	①	②	③
1				
2				
3				
4				
5				
6				

1回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎チームで作戦を考えてみよう。(どこにいれば、パスがもらいやすいだろう?)

# タグラグビーをしよう!!⑤

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

「パス練習」～二人(三人)で、パス  
金魚パス

五角形(六角形)パス  
など…

(2) ボール運びゲームⅢをしよう!!

- 注意: ① タグを取られたら、取られたところからパスをする。  
 ② ボールやボールを持っている人がサイドラインを出たら、そこからパスをして再開。  
 ③ 試合に出場しない人が、しんぱんをする。(しんぱんに、したがわなかった人は、退場)

	名前	①	②	③
1				
2				
3				
4				
5				
6				

1回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎チームの作戦を考えてみよう。(試合をしてみて、さらにいい作戦をかんがえてみよう。)

4回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

5回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

6回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎次に向けての作戦は?気をつけたいことは?

# タグラグビーをしよう!!⑥

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

「パス練習」～二人(三人)で、パス  
金魚パス

五角形(六角形)パス  
など…

(2) ボール運びゲームⅢをしよう!!

1 回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) タグラグビーの試合をしてみよう!!

ルール (3 対 3) 時間:3分

- ①センターラインからフリーパス(味方へのパス)で試合開始。
- ②守りは、ボールを持っている人から、3歩はなれる。
- ③タグを取られたら、取られたところから、味方へパスをして、試合を続ける。  
(守りも、タグより後ろに下がる。)
- ④タグを取られずに、トライゾーンへトライできれば1点。
- ⑤得点が入った時、サイドラインからボールだけが出た時、ボールを取られた時、反則をした時は、相手ボール。
- ⑥反則…スローフォワード(前にボールを投げる)  
ノックオン(ボールを前に落とす)  
オフサイド(始めのパスをする時、大また3歩より前に行く)  
危険なプレー(タックル、スライディング、タグを取られないように手でじゃまをするなど)

	名前	①	②	③
1				
2				
3				
4				
5				
6				

1 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

# タグラグビーをしよう!!⑦

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

みんなでトライできるように作戦を立てて、練習しよう。

(2) 試合(3対3)をしよう。【3分間】

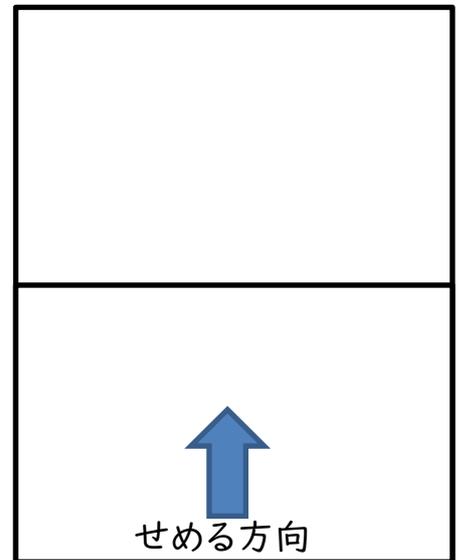
作戦を考えよう!!

確認:① ボールを持っている人のタグを取る。

② 転がったボールはとつてもよい。

③ タグを取ったら(取られたら)、タグより下がる。

トライゾーン



	名前	①	②	③	①	②	③
1							
2							
3							
4							
5							
6							

1回戦	
⊕ 1・2・3	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) 試合(4対4)に挑戦しよう。【3分間】

1回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎次に向けて気をつけたいことは? こまったことがあった時もここに書いてね。

# タグラグビーをしよう!!⑧

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

みんなでトライできるように作戦を立てて、練習しよう。

(2) 試合(3対3)をしよう。【3分間】

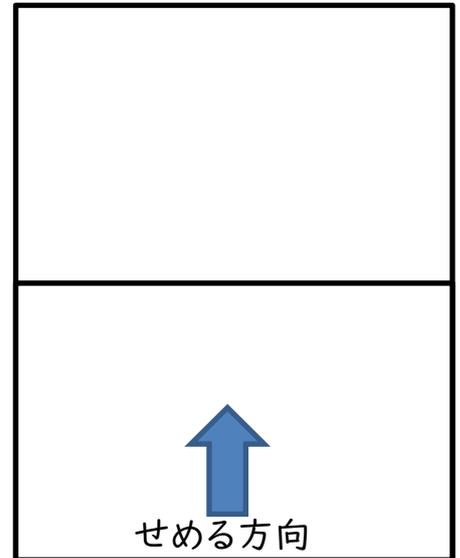
作戦を考えよう!!

考えること:① しっかりパスをする。(キャッチする)

② パスをもらう場所は?

③ タグを取られた時が、作戦実行のチャンス。

トライゾーン



	名前	①	②	③	①	②	③
1							
2							
3							
4							
5							
6							

1 回戦	
⊕ 1・2・3	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) 試合(4対4)に挑戦しよう。【3分間】

1 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎次に向けて気をつけたいことは? こまったことがあった時もここに書いてね。

# タグラグビーをしよう!!⑨

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

みんなでトライできるように作戦を立てて、練習しよう。

(2) 試合 (3対3) をしよう。【3分間】

作戦を考えよう!!

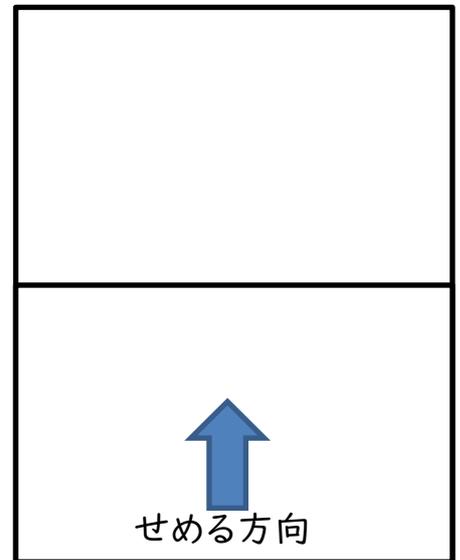
考えること: ① タグを取られた時が、作戦実行のチャンス。

② 自分たちで決めた場所に動こう。

トライゾーン

※注意…(守りは、タグを取ったら、タグより後ろにすぐ下がる)

	名前	①	②	③	①	②	③
1							
2							
3							
4							
5							
6							



1 回戦	
⊕ 1・2・3	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) 試合 (4対4) に挑戦しよう。【3分間】

1 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎次に向けて気をつけたいことは? こまったことがあった時もここに書いてね。

# タグラグビーをしよう!!⑩

年 組( )チーム

(1) 動画を見て、気づいたことを書こう。(7人制ラグビー・これまでの試合)

(2) 準備運動をしよう。(しっぽとり・パス練習)

(3) 試合(4対4)をしよう。【3分間】

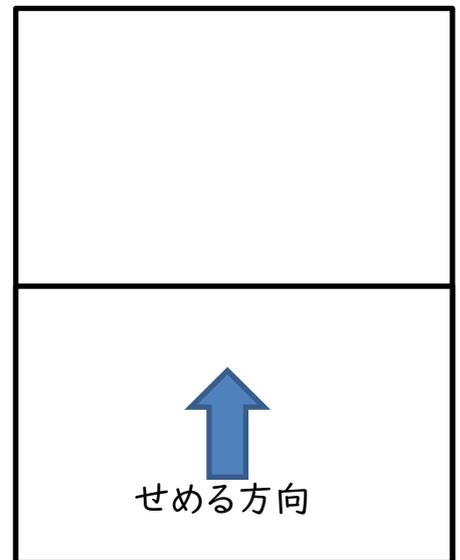
- ◎タグを取られた時が、作戦実行のチャンス!
- ◎チーム全員がトライできるように考えてみよう。

作戦を考えよう!!

トライゾーン

※注意…(守りは、タグを取ったら、タグより後ろにすぐ下がる)

	名前	①	②	③	①	②	③
1							
2							
3							
4							
5							
6							



1 回戦	
⊕ 1・2・3・4	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
⊕	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

◎次に向けて気をつけたいことは? こまったことがあった時もここに書いてね。

# タグラグビーをしよう!!⑪

年 組( )チーム

☆今日のチームの目標は？

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

みんなでトライできるように作戦を立てて、練習しよう。

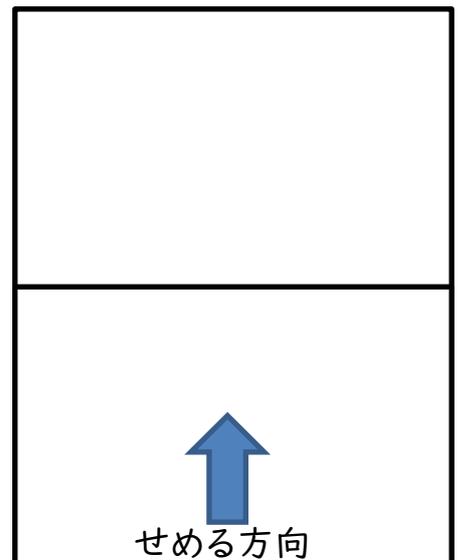
(2) 試合(3対3)をしよう。【3分間】

- ◎タグを取られた時が、作戦実行のチャンス!
- ◎チーム全員がトライできるように考える。

※注意…(守りは、タグを取ったら、タグより後ろにすぐ下がる)

作戦を考えよう!!

トライゾーン



	名前	①	②	③	①	②	③
1							
2							
3							
4							
5							
6							

1 回戦	
④ 1・2・3	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
④	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
④	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

(3) 試合(4対4)に挑戦しよう。【3分間】

1 回戦	
④	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

2 回戦	
④	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

3 回戦	
④	(相手チーム)
( )チーム	( )チーム

# タグラグビーをしよう!!⑫

年 組( )チーム

(1) 準備運動…「しっぽとり」「パス練習」をしよう!

(2) チームで今日の作戦を考えよう!!

◎チームのために自分ががんばりたいことを書こう。

①【           】…	②【           】…
③【           】…	④【           】…
⑤【           】…	⑥【           】…

(3) 3対3のリーグ戦をしよう。【3分ハーフ】

- ◎タグを取られた時が、作戦実行のチャンス!
- ◎負けても楽しくやろう!!(くやしがるのはOK)

※注意…(守りは、タグを取ったら、タグより後ろにすぐ下がる)  
得点を決めた人をしっかり記録しておく。

	名前	①		②		③	
		前半	後半	前半	後半	前半	後半
1							
2							
3							
4							
5							
6							

メモ

### 【1回戦】

チーム	得点	相手チーム
出場 ①・②・③	前半 —	/
出場 ④	後半 —	
	合計 —	

### 【2回戦】

チーム	得点	相手チーム
出場	前半 —	/
出場	後半 —	
	合計 —	

### 【3回戦】

チーム	得点	相手チーム
出場	前半 —	/
出場	後半 —	
	合計 —	

# タグラグビー授業の進め方

	教材	指導のポイント
1	しっぽとりゲーム	・タグを取ったら、「タグ」と言って、上に上げてからその場にタグを置く。
2	宝運びゲーム	・攻撃チームは守りをかわして、宝(玉)をトライゾーンに運ぶ。 ・自分のタグを取られたら、タグをつけ直してから、もう一度スタートゾーンにもどって、ふたたび攻撃する。
3	ボール運びゲームⅠ (4対4)	・宝物運びゲームと同じようにボールをトライゾーンに運ぶ。(1分間) ・ボールは、2球。(始めにボールを持つのは2人だけ) ・タグを取られたら、 <u>タグを取られた位置から</u> 、ボールを持っていない後ろの人にパスをして、 <u>連続で攻撃する。(タグはパスをしてからつける。)</u> ・トライしたら、トライゾーンの宝(紅白玉)を持って帰る。
4	ボール運びゲームⅡ (4対4)	・ボールは、1球。(始めにボールを持つのは1人だけ) ・守りがタグを取るのにはボールを持っている人だけ。 ・できるだけ止まらず連続で攻撃する。(タグは、パスをしてからつける。)
5	ボール運びゲームⅢ (4対4)	・守りゾーンは、コート半分。4人全員で守る。 ・タグを取られたら、その位置からすぐにボールをパスして、再開。タグをつけたら、また攻撃に参加できる。 ・ボールが横の線(タッチライン)を出たら、出た所からパスをして、再開する。 ・前にパスするのは、反則。(どこにいればパスをもらえるのかを考えよう。)
6	タグラグビー(3対3)  <b>反則</b> ・スローフォワード (前にボールを投げる) ノックオン (ボールを前に落とす) ・オフサイド (始めのパスをする時、大また3歩より前に行く) ・危険なプレー(タックル、スライディング、タグを取られないように手でじゃまをするなど)	・センターラインからフリーパス(味方へのパス)で試合開始。 ・守りは、ボールを持っている人から、3歩はなれる。 ・タグを取られたら、取られたところから、味方へパスをして、試合を続ける。 (守りも、タグより後ろに下がる。) ・タグを取られずに、トライゾーンへトライできれば1点。 ・得点が入った時、タッチラインからボールだけが出た時、ボールを取られた時、反則をした時は、相手ボール。 <b>&lt;確認&gt;</b> ① ボールを持っている人のタグを取る。 ② 転がったボールはとつてもよい。 ③ タグを取ったら(取られたら)、タグより下がる。 <b>&lt;考えること&gt;</b> ① しっかりパスをする。(キャッチする) ② パスをもらう場所は? ③ タグを取られた時が、作戦実行のチャンス。
	タグラグビー(4対4)	3分間の試合 ◎タグを取られた時が、作戦実行のチャンス! ◎チーム全員がトライできるように考える。 ※注意…(守りは、タグを取ったら、タグより後ろにすぐ下がる)

