

# 「ラグビー レディ」で検索

WORLD RUGBY ▼

パスポートサイト ▼

言語 ▼

ログイン ▼



## Rugby Ready

*A collective responsibility*

### Home

World Rugbyのその他の資料

ビデオライブラリー

はじめ

はじめに

長期的プレーヤー強化

(LTPD)

参加する前に

用具、環境、

緊急時対策について

フィジカルコンディショニング

ング

ライフスタイル

ウォームアップ

プレーの原則

オープンフィールドプレー

## ようこそRugby Readyへ

Rugby Readyへ、ようこそ。Rugby Readyは、正しい方法に対する認識を高め、適切な安全対策をとることで、関係者が身体接触を伴うスポーツ特有の危険に対処できるようにすることを目的としています。

Rugby Readyのウェブサイトは、無料で登録し利用することのできる便利なオンラインリソースです。ラグビーの身体的要素に関する知識を構築し、蓄え、試すためにご利用いただけます。



**World Rugby パスポートフォーラムは、ここでアクセス: [worldrugby.org/passport](http://worldrugby.org/passport)**  
ラグビーのことに関するご質問、ご感想、ご意見があれば、どんなことでもこのサイトにお寄せください。あなたの専門知識

ング  
ライフスタイル  
ウォームアップ  
プレーの原則  
オープンフィールドプレー  
タックル  
ラック  
モール  
スクラム  
ラインアウト  
クールダウンとリカバリー  
ケガのマネジメント  
まとめ  
ダウンロード  
謝辞

料で登録し利用することのできる便利なオンラインリソースです。ラグビーの身体的要素に関する知識を構築し、蓄え、試すためにご利用いただけます。

自己評価プログラムは、正しい方法に関する下記の18項目に分かれています:

- 試合準備とコンディショニング
- 正しいテクニック
- 傷害の予防と管理

Rugby Readyオンラインテスト終了後、あなたの合格証明書をダウンロードすることができます。

登録は無料、数分で完了します。

**World Rugby パスポートフォーラムは、[ここでアクセス: worldrugby.org/passport](https://worldrugby.org/passport)**  
ラグビーのことに関するご質問、ご感想、ご意見があれば、どんなことでもこのサイトにお寄せください。あなたの専門知識が、誰かの役に立つこともあります。

[World Rugbyパスポートフォーラムを訪問する](#)



- ・初めての方 →「登録(名・姓はローマ字で入力)」
- 登録済の方 →「ログイン」



# Training Passport

Your gateway to World Rugby's online training and education portfolio



## World Rugbyパスポート ユーザーログイン

電子メールアドレス:

(または、World Rugbyパスポートナンバー)

パスワード:

ログイン



Passport

World Rugbyパスポートロゴが表示された他のサイトに登録していただく

- プレーの原則 ✓
- オープンフィールドプレー ✓
- タックル ✓
- ラック ✓
- モール ✓
- スクラム ✓
- ラインアウト ✓
- クールダウンとリカバリー ✓
- ケガのマネジメント ✓
- まとめ
- ダウンロード
- 謝辞

### ダウンロードしよう



合格証明書は1年間有効です。1年が経過したら、このサイトにアクセスして、再びテストを受けることをお勧めします。

この証明書は、証明書の所有者がオンライン自己診断テストに合格したことを証明するものです。証明書の所有者が資格を有するコーチ、レフリーまたは医務心得者であると認定するものではありません。

[テストを受け直す](#)

### アクセス: [worldrugby.org/passport](http://worldrugby.org/passport)

ラグビーのことに関するご質問、ご感想、ご意見があれば、どんなことでもこのサイトにお寄せください。あなたの専門知識が、誰かの役に立つこともあります。

[World Rugbyパスポートフォーラムを訪問する](#)

昨年度までの合格証明書が表示されるが、「テストを受け直す」をクリック。

- プレーの原則 ✓
- オープンフィールドプレー ✓
- タックル ✓
- ラック ✓
- モール ✓
- スクラム ✓
- ラインアウト ✓
- クールダウンとリカバリー ✓
- ケガのマネジメント ✓
- まとめ
- ダウンロード
- 謝辞

ダウンロードしましょう



合格証明書は1年間有効です。1年が経過したら、このサイトにアクセスして、再びテストを受けることをお勧めします。

この証明書は、証明書の所有者がオンラインからダウンロードできます。

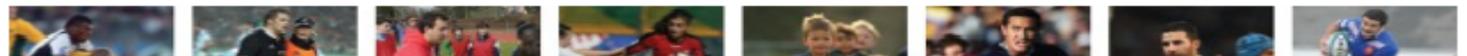
アクセス: [worldrugby.org/passport](http://worldrugby.org/passport)  
ラグビーのことに関するご質問、ご感想、ご意見があれば、どんなことでもこのサイトにお寄せください。あなたの専門知識が、誰かの役に立つこともあります。

[World Rugbyパスポートフォーラムを訪問する](#)

本当にテストを受け直しますか？  
ここまでの回答が消去され、もう一度テストに合格しないと、合格証明書をダウンロードできなくなります。

OK      キャンセル

テストを受け直す



「OKをクリック」して、テストを再受講。

World Rugbyのその他の  
資料

ビデオライブラリー

はじめ

はじめに

長期的プレーヤー強化  
(LTPD)

参加する前に **x**

用具、環境、

緊急時対策について **x**

フィジカルコンディショ

ニング **x**

ライフスタイル **x**

ウォームアップ **x**

プレーの原則 **x**

オープンフィールドプ

レー **x**

タックル **x**

ラック **x**

エ

コンテンツ

ビデオ

質問

## 参加する前に

1. プレーヤーが**Rugby Ready**であるなら、次のうち、どの要素が備わっているはずですか？

- 自分のプレーレベルに合った体格をしている
- 必要なレベルのフィットネスを身に付けている
- コンタクトにおける安全なテクニックの指導を繰り返し受けている
- 競技規則および不正なプレーとは何か、よ

「質問」をクリックして、解答開始

## 用具、環境、 緊急時対策について

### 2. 次のうち、パッドが取り付けられた用具に関する正しい説明はどれですか？

- パッドが取り付けられた用具は、プレイヤーの切り傷を減らしてくれる
- パッドが取り付けられた用具が、大きな傷害を防いでくれるわけではない
- パッドが取り付けられた用具は、負傷したプレイヤーが、完全に回復する前にプレーに復帰できるようにしてくれる
- パッドが取り付けられた用具は、競技規則およびWorld Rugby規定に従ったものでなければならない



## タックル

---

3. タックルをされたボールキャリアーがとるべき、状況に応じた適切な行動とは、次のうち、どれですか？

- 味方にボールをパスする
- 味方のいる方へ、ボールを置く
- ボールを放す
- タックラーにボールを奪われないよう、抱え込む



答えを1つまたは複数選んでください

- 参加者の前に
- 用具、環境、
- 緊急時対策について
- フィジカルコンディショニング
- ライフスタイル
- ウォームアップ
- プレーの原則
- オープンフィールドプレー
- タックル
- ラック
- モール
- スクラム
- ラインアウト
- クールダウンとリカバリー
- ケガのマネジメント
- まとめ
- ダウンロード
- 謝辞

## 合格証

あなたはRugby Readyテストに合格しました。

下記をクリックして合格証明書をダウンロードしましょう



合格証明書は1年間有効です。1年が経過したら、このサイトにアクセスして、再びテストを受けることをお勧めします。

この証明書は、証明書の所有者がオンライン自己診断テストに合格したことを証明するものです。証明書の所有者が資格を有するコーチ、レフリーまたは医務心得者であると認定するものではありません。

[テストを受け直す](#)

1. 脳震盪を起こしたプレーヤーは、最低でもどのくらいの期間、試合や練習を休むべきですか？

- 3日間
- 3週間
- プロトコルを守ってプレーに徐々に復帰してきたとき
- コーチがよいと言ったとき





この証明書は、以下の事項を証明します。

kensei kawabata

上記の者は、以下のオンラインプログラムを修了しました:

**Rugby Ready**

証明日

20/01/2020

今回、再受講した分の証明書が表示される