

研究資料

7人制ラグビーの防御戦術の15人制ラグビーへの応用

武石 健哉

Takeishi Kenya: Application to Fifteen-a-side Rugby of the defense tactics of the seven-a-side.
Bulletin of Sendai University, 45 (1) : 11-19, September , 2013.

Abstract: The purpose of this study is to examine case studies of seven-a-side rugby training at Sendai University by looking into the defense aspects for fifteen-a-side and seven-a-side games and discovering findings from document research.

As a result of studying the documents, we speculated that tackling skills and judgment ability have been developed by trying seven-a-side game. These are required defense elements for fifteen-a-side rugby and believed to be applicable skills.

According to the case studies at Sendai University, it is also believed that the defense ability for fifteen-a-side game has been improved from the experience of seven-a-side style training. From this indicated that seven-a-side's defense techniques can be applied to fifteen-a-side game strategies.

Key words: seven-a-side style training , defense, tackle skill ,judgment ability

キーワード: 7人制ゲーム形式トレーニング, 防御, タックルスキル, 状況判断能力

I. はじめに

7人制ラグビー（以下7人制）ゲーム形式のトレーニングが、15人制ラグビー（以下15人制）の防御力向上につながることを明らかにすることは、日本ラグビー活性化の力になると考える。国内の大学ラグビーチームには、100名を超える部員が在籍する大学チームがある一方で、地方地区には40人に満たない部員数の大学チームも存在する¹⁶⁾。ゲーム形式のトレーニングが15対15にて実施困難なチームの指導者は、日常練習にてゲームを最大限イメージできる実践的な練習方法を模索しているものと推察される。

武石¹²⁾は、7人制の戦術を活かした7対7のゲーム形式のトレーニングにより獲得されたブレイクダウンスキル、ゲームフィットネスが

15人制攻撃活動へ応用出来る可能性を示唆している。では防御面に関しても、7人制ゲーム形式のトレーニングにより、15人制へ応用できるスキルや戦術を獲得する可能性はあるのだろうか。

図1はラグビーの2大要素、スペースとコンタクトの比重を示したものである。溝畑²²⁾は「7人制はスペースとコンタクトの要素を適度にミックスしている。」グラウンドの大きさ、ルールに変わりはないが、「プレーヤー数から1人に与えられるスペースが7人制は大きい。その為、1対1の攻防になることが多い」とし、7人制が個々のスキル向上に有効であることを示している。

中川ら¹⁵⁾は15人制の防御について、チームの防御力は防御システム、プレーヤー間の連携、士気など様々な要素からなるが、「最も基盤と

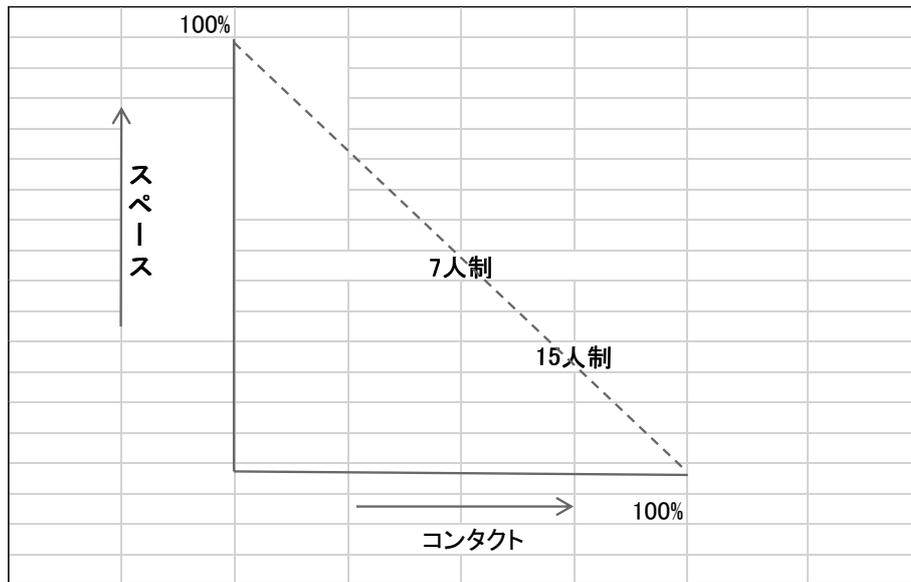


図1 ラグビーの2大要素 スペースとコンタクトの比重 (溝畑 1998 を一部改変)

なるのはタックルである」とし、防御の基本はプレーヤー個人のタックル能力であることを説明している。

加藤⁵⁾は7人制の防御戦術について、「15人制でいう詰めのディフェンスで、人の間を抜かれないように前へ出て、プレッシャーをかけ続けることで相手のミスを誘う」とし、15人制の防御戦術が7人制にて応用されていることを示唆した。7人制と15人制2つの防御戦術が相関していることがうかがえる。

また、松村²¹⁾は第4回ワールドカップで優勝したオーストラリアの防御形態から、15人制の防御において「常に判断し、攻撃側との駆け引きを意識しながら防御を行っていくことがこれからのラグビーゲームを形成していく重要な部分だと言える」とし、防御戦術の完成度は判断をすることにより高められていくことを説明している。佐々木ら⁹⁾はゲームパフォーマンスが判断-実行のメカニズムによって発揮されるとし、判断が重要であることを述べている。

岩淵²⁾は7人制と15人制を比較して「15人制に慣れている選手は一度プレーすると休む。7人制は、1人が休めば、7対6になって確実にトライされる」とし、7人制の攻防トレーニングによって、個の強さ、判断力が磨かれる²⁾

ことが推察された。

先行研究からは7人制の防御スキル、防御戦術が15人制に応用可能と考えられた。しかし、7人制から15人制へ防御スキルや戦術を応用する研究に関する文献は見当たらない。7人制の攻防形式の練習・ゲームによって、獲得されるスキルや戦術が15人制へ応用可能であることを明らかにすることは、日本ラグビー界の活性化、発展に意義がある。本研究では7人制と15人制の防御面に着目し、文献調査により得られた知見を引き出すことが目的である。

II. 調査方法

本研究では、調査資料として各大学紀要、体育学会抄録、体育学研究抄録を中心に文献研究を行った。

III. 結果

1. ラグビーの防御

1) 15人制の防御

15人制の防御について述べる。日本ラグビーフットボール協会が発行したコーチングの指針¹⁷⁾には、防御の目的は相手の攻撃権、すなわ

7人制ラグビーの防御戦術の15人制ラグビーへの応用

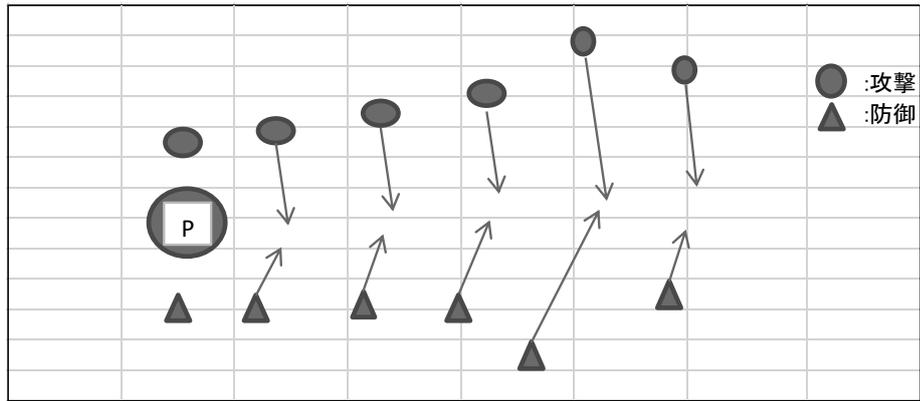


図2 マークディフェンス (高城 2006 を一部改変)

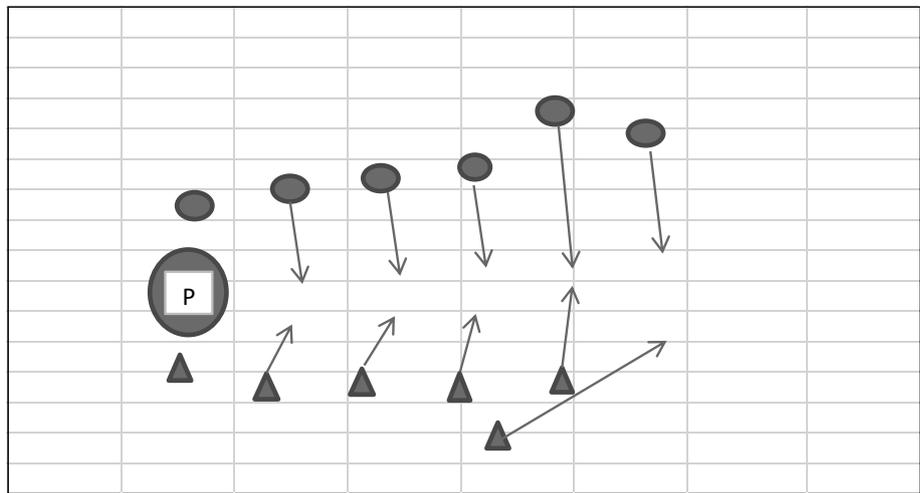


図3 つめディフェンス (高城 2006 を一部改変)

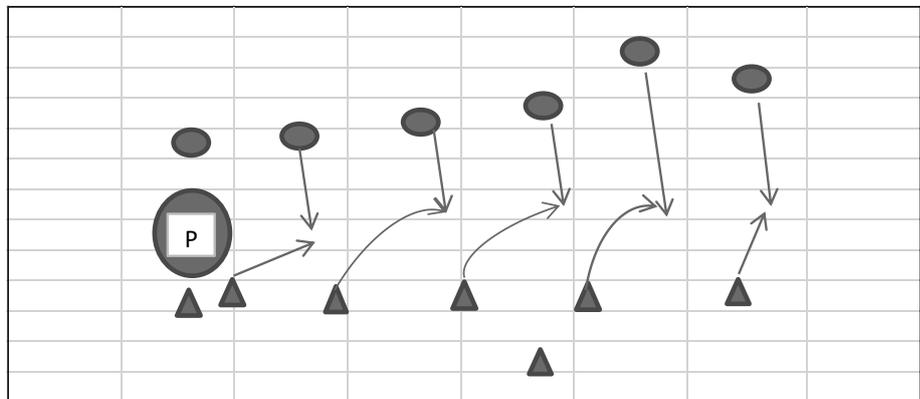


図4 ドリフトディフェンス (高城 2006 を一部改変)

ちボールを奪い返し、攻撃権を得ることであるとしている。高城¹¹⁾は防御パターンには図2マークディフェンス、図3つめディフェンス、図4ドリフトディフェンスがあるとしている。これらの防御パターンを使い分け、攻撃側を混乱させることによりボールを奪い返すことになる。

中川ら¹⁵⁾は、日本代表チームの防御力強化につなげることを目的に、日本代表チームが1993年9月～10月に行ったウエールズ遠征の試合を対象とし、タックルプレーにおいて、相手に対して効果的にアプローチするためのスキルと、相手に密着して肩でヒットするスキルの必要性を明らかにした。上野⁴⁾は日本チームの防御力強化を目的に、第1回から3回ラグビーワールドカップ決勝トーナメント、各大会ベスト8出場国を対象とし、防御戦術はプレーヤー個人のタックル能力に欠陥があれば無効になること、防御の基本は個人のタックル能力であることを明らかにした。松村²¹⁾は15人制の防御形態に関して、世界のトップレベルと日本のトップレベルを比較し、今後の防御実践への課題を示すことを目的に、1999年度に行われた第4回ワールドカップ決勝トーナメント7試合、1999年度に行われた全国社会人大会決勝トーナメント7試合、1999年度に行われた日本選手権準決勝以降の試合3試合、計17試合を対象とし、タックルを行った選手のリアクションとボールに働きかける判断、タックル成立後の周りのプレーヤーのボールに働きかけるか、防御ラインを形成するかの判断が防御実践の課題であることを明らかにした。佐々木ら⁸⁾は15人制のゲームにおけるディフェンス状況を把握することを目的に、1999年前半期に行われた国内のゲームを対象とし、後半の疲労が高まる時に、自分がどのチャンネルに到達すべきか早く判断し、そのポイントへの最短距離のコースをとる、この判断とアクションが的確に遂行されることによって、次の選手が素早く、自らのターゲットを見極められることになり、強固なディフェンス網が構築されることを明らかにした。

これらのことから15人制の防御において、

防御パターンの使い分け、基本技術を効果的に発揮できるタックルスキル、攻撃に対応した防御戦術を遂行する為の状況判断能力が、防御の目的を達成するために必要なこととして明らかとなった。筆者が着目した7人制の戦術を取り入れたゲーム形式のトレーニングにて獲得可能と推察したスキルは15人制の防御においても必要なスキルであることが分かった。

2) 7人制のゲーム様相と防御

ここではゲーム様相と攻撃側の得点行動に対する防御の反撃行動に着目する。加藤⁵⁾は防御パターンには、図5の7対7マンツーマンフォーメーションがあるとし、岩淵³⁾は図6の6-1フォーメーション、図7のバナナフォーメーションがあるとしている。

畑ら¹⁹⁾は7人制と15人制におけるセットプレーの比較をし、7人制のゲーム様相を明確にすることを目的に、1996年、94年、92年の香港セブンズ、1996年、95年のジャパンセブンズ12試合、15人制は、1996年南半球3か国対抗ラグビー、1996年NZ代表南アフリカ遠征6試合を対象とし、7人制は15人制で頻繁に使われるタッチキックを多用せず、前進するプレーが多いことを明らかにした。椿原ら¹³⁾は国際レベルの3大会のゲームを得点場面であるトライに注目してゲーム様相を比較検討することにより、各大会の違いを明らかにすることを目的に、1999年のジャパンセブンズの22試合、2001年ワールドセブンシリーズ32試合、第3回ワールドカップ大会6試合を対象とし、1999年のゲームに比較して2001年では、トライに至るまでのモール・ラック数が増加したこと、キック攻撃からのトライが減少したことを明らかにした。椿原ら¹⁴⁾は7人制ラグビーにおけるボール保持時間とトライに関して、試合全体のボール保持率と一攻撃ごとのボールの保持時間とが勝敗へどのような影響を及ぼしているかを、我が国の7人制ラグビー強化への指標を得ることを目的に、2004年3月のワールドセブンズシリーズ香港大会の決勝リーグ12試合を対象とし、モール・ラック数が少ないほど勝つ可能性が高く、モール・ラックを形成しないこ

7人制ラグビーの防御戦術の15人制ラグビーへの応用

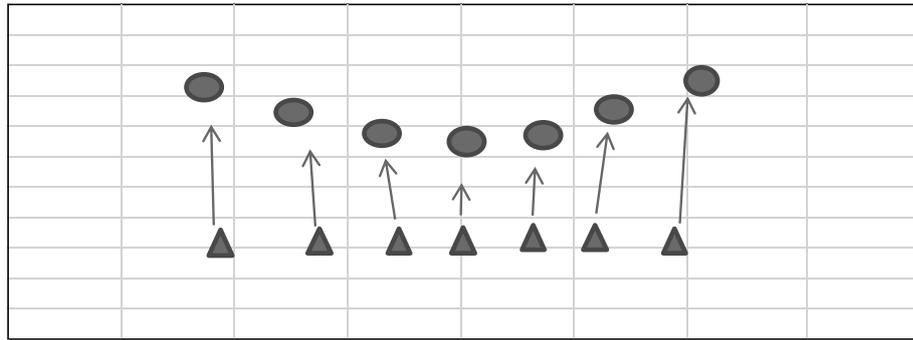


図5 マンツーマンフォーメーション (加藤 1999 を一部改変)

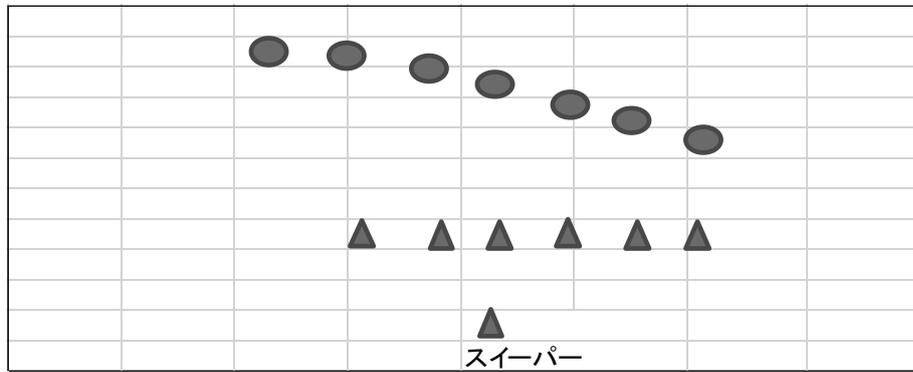


図6 6-1 フォーメーション (岩淵 2010 を一部改変)

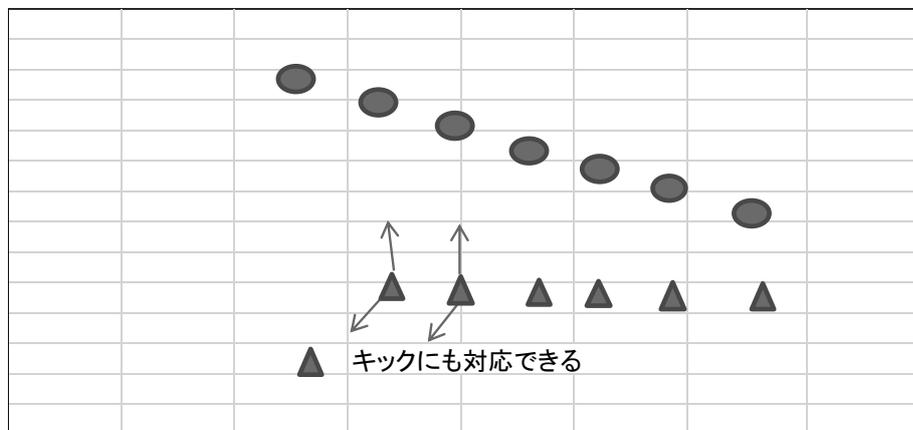


図7 バナナフォーメーション (岩淵 2010 を一部改変)

とが7人制ラグビーのゲームにおいて重要な要素であることを明らかにした。古川ら²⁰⁾は、近年の世界トップレベルにおける7人制ラグビーのゲーム様相を15人制ラグビーとの比較を通して検討することを目的に、2010年IRB7人制ワールドシリーズの4大会におけるカップトーナメント進出チーム同士が戦った予選リーグでの14試合、計42試合を対象とし、7人制では、相手陣22m以外は、ほぼ7対6でプレーされることから、全競技区域が攻撃エリアとなっていることを明らかにした。

ゲーム様相からは、選手もボールも大きく動くダイナミックなラグビーとなっていることが分かった。このことから、7人制防御の反撃行動として速いテンポでのボール継続を寸断するタックルスキル、全競技区域からの攻撃を状況判断し、速く正確に防御戦術を遂行する必要があることが推察された。

IV. 考察

1. 7人制が15人制にとって有用である可能性

7人制は15人制と比較し、ギャップやスペースも多くなり、ミスをしなければ攻撃側が有利に展開することができるという特徴がある²²⁾。このことと、結果から得られた15人制、7人制攻撃の得点行動に対する防御の反撃行動に着目すると、積極的な反撃行動と待ち受けとしての反撃行動⁶⁾が考えられた。

タックルスキル習得に、7人制にて積極的な反撃行動であるマンツーマンフォーメーションで防御活動を行う。ディフェンダーとボールキャリアーが1対1で対峙する局面が頻発することが推察される¹⁸⁾。ポジショニング、アプローチコースの取り方、タックル時の姿勢、タックルする際の位置や角度、タックルに臨む際のスピードの変化やタイミングの取り方、相手が保持したボールへの働きかけ⁴⁾を、攻撃形態、ボールキャリアーの状況に応じて判断、実行する。坂下谷ら⁷⁾は防御スキルを習得するためには、止まっているコンタクトバックや動いていても一定の速度で向かってくる相手にタックル練習

を行っても実践的とは言えないとしている。1対1を実践同様にを行うことにより効果的に防御スキルを習得できると考えられる。一人が受け持つスペースが15人制の倍以上²²⁾となる7人制で開発されたタックルスキルは、15人制にも十分応用可能であることが推測される。

状況判断能力向上を目的に、7人制にて待ち受けとしての反撃行動6-1、バナナフォーメーションで防御活動を行う。攻撃側のコンタクト、パス、キックといったオプションに対して状況判断が求められる局面が頻発することが推察される。タックル後ボールに絡む、攻撃側サポーターをオーバーする、あるいはすぐさま防御ラインを形成するといった判断を、味方防御、攻撃側の状況に応じて判断、実行する²¹⁾ことが求められる。

関根ら¹⁰⁾は刻々と状況が変わる実際のゲームでは、ある一人の守備側選手の動きが周りの選手に可視化され、他の守備選手のアプローチ方法決定のきっかけとなっている。「他者の認知の利用」、これがチームレベルの守備であるとしている。味方防御や攻撃側の状況によってアプローチ方法を選択、決定することを7人で行うことにより、正確で速い状況判断、反応が養われ、15人制へも応用可能であることが推測される。

7人制防御戦術の15人制防御戦術への応用例として、15人制にてトップリーグチームがシンビンで数的不利な状況を、7人制防御活動をイメージし攻撃側の得点活動を阻止している¹⁾。このことから7人制防御戦術は、15人制「待ち受け」としての防御活動、防御戦術へ応用可能なことが推測される。

15人制防御にて求められている、タックルスキル、防御戦術を遂行するための状況判断能力は7人制ゲーム形式のトレーニングにて獲得できると考えられた。7人制防御戦術の15人制防御戦術への応用に関しては、15人制「待ち受け」としての防御活動、防御戦術へ応用可能なことが考えられた。

V. 仙台大学ラグビー部への実践例

筆者は15人制の競技力向上を目的に2007年から7人制ゲーム形式トレーニングに取り組んでいる。表1は、中本ら¹⁶⁾が関東・関西地区と地方地区の大学ラグビーチーム部員について比較したものである。部員数、部員のキャリア、推薦入学数、奨学生である部員数において関東・関西地区が地方地区を大きく上回っている。つまり、高校時代に優秀と言われる選手は関東・関西地区の大学に進学しプレーを続ける傾向にあることが考えられる。しかしながら、地方地区大学に進学したプレーヤーには、身体能力、個人スキルが飛躍的に向上する可能性があることも事実である。限られた人材で関東・関西地区に対抗する為は何をするべきか模索した結果、7人制へ取組、そのゲーム特性を活かした実践形式から得たスキル、効果的な戦術を15人制へ応用することを考えた。

2008年、2009年攻撃面に着目し強化に取り組んだ。その結果、全国地区対抗大会へ出場し、一応の成果が見られた。筆者の主観的見解だが、2008年コンタクトを重視した攻撃戦術を取り入れた攻防トレーニングにより、強固な防御形態が作られた。2009年パスを重視した攻撃戦術を取り入れた攻防トレーニングにより、グラウンド全体に広く網を張る防御形態が作られた。これは攻防の相互作用による⁷⁾ものと推察された。

以後2010年、2011年、2012年と7人制ゲーム形式のトレーニングを継続した。7人制に取り組む4期全国地区対抗大会に出場したが、防御戦術を持続するコンタクトフィットネス、ス

クラム、ラインアウトといったユニット水準の防御には着手できなかった。

しかし、7人制に取り組むことにより、少人数であっても攻防形式の練習が可能となり、人数不足という問題を克服出来たと確信している。今後チームとして成果を求めるには、継続的な取り組み、プレーヤーは自己管理能力の必要性が考えられる。上野⁴⁾は、防御活動向上への取り組みには、指導者もプレーヤーも大変な知恵と努力が必要であるとしている。知恵を出し合うスタッフの増員や、競い合う部員数を増やしていくことも強く望まれるところである。

今回は先行研究や文献からの研究といった、15人制と7人制の防御に関する整理に留まった。2019年日本でワールドカップ開催が決定している。国内の大学ラグビーの活性化は日本ラグビーの活性化につながる。地方地区大学ラグビーの活性化に、関東・関西地区に対抗出来る防御力の高いチームの出現が、大きな推進力となることが考えられる。人数が少なくとも実施可能な7人制ゲーム形式のトレーニングが15人制の競技力向上へつながることを明らかにすることは、少人数で活動している地方地区大学ラグビーチームの光となる。今後は新しい知見を加え、7人制の防御に関する具体的な練習方法や、その効果を検証していきたい。そのことにより本研究もより意味深いものになると思われる。

VI. まとめ

1. 文献調査からのまとめ

15人制ラグビーの防御において、基本技術

表1 部員について (中本ら 2006)

	関東・関西地区		地方地区	
	mean	n	mean	n
部員数	84.1	15	36.6	18
花園出場部員数	20.5	12	6.3	15
高校時県選抜部員数	24.5	11	6.7	15
推薦入学部員数	48.7	13	17.6	16
奨学生である部員数	3.5	10	0.6	14
			n=回答した大学数	

を効果的に発揮できるタックルスキル、防御戦術を遂行する為の状況判断能力が、防御の目的を達成するために必要なこととして分かった。7人制の防御目的を達成する為には、ボールキャリアーのオフロードパスやガットパスといった、速いテンポでのボール継続を寸断するタックルスキル、全競技区域からの攻撃を状況判断し、速く正確に防御戦術を遂行する必要があることが分かった。

7人制ゲーム形式のトレーニングを行うことにより獲得されたタックルスキル、攻撃に応じて状況を判断する能力は、15人制において応用できる可能性が示唆された。

2. 仙台大学の事例からのまとめ

仙台大学では、7人制ゲーム形式のトレーニングにて、15人制の防御力向上に取り組んだ。その結果、攻防の相互作用により防御力が高まり4期連続で全国地区対抗大会への出場を果たした。今後の課題として、防御戦術を持続するコンタクトフィットネス、スクラム、ラインアウトといったユニット水準での防御力向上のトレーニングに着手する必要性が考えられた。

7人制へ取り組むことにより、人数不足による練習の質の低下を防ぐことができた。今後防御力向上を目指し取り組むには、指導者、プレイヤーともに知恵と努力が必要とされることが改めて確認された。

文 献

- 1) 秋廣秀一 (2012) スキルアップ講座. Rugby magazine. No476.(株)ベースボール・マガジン社: 東京, pp.119
- 2) 岩渕健輔 (2010) 7人制ラグビーを知ろう. RUGBYFOOTBALL. Vol.59-4.NO341. (財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.13
- 3) 岩渕健輔 (2010) 7人制ラグビーを知ろう. RUGBYFOOTBALL.Vol.60-2.NO344. (財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.13
- 4) 上野裕一 (1996) 日本防御力強化のためのエッセンシャルズ. ラグビー科学研究.Vol8. (財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.48-58
- 5) 加藤尋久 (1999) How To Sevens Rugby. RUGBYFOOTBALL.Vol.48-6. (財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.46-48
- 6) 久世たかお (1998) ラグビーフットボールの指導について. 北海道大学教育学部紀要, 75: 253 - 277
- 7) 佐下谷顕宏, 太田順康, 吉田雅行 (2010) ラグビーにおける1対1の攻防トレーニングに関する研究. 大阪教育大学紀要, 58: 237 - 247
- 8) 佐々木康, 勝田隆, 河野一郎 (1999) ゲームにおけるディフェンス・チャンネル分析. ラグビー科学研究.(財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.102 - 103
- 9) 佐々木康, 勝田隆, 河野一郎 (2001) ゲームフィットネスの考え方. ラグビー科学研究.(財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.25-32
- 10) 関根和生, 高梨克也 (2011) サッカーにおける守備側選手が攻撃側選手との時間的と空間的ズレを埋めるための手がかり. 認知科学, 19: 244-248
- 11) 高城靖尚 (2006) ラグビーフットボールにおけるディフェンスについて. 盛岡大学紀要, 23:59-65
- 12) 武石健哉 (2010) 7人制ラグビーの攻撃戦術の15人制ラグビーへの応用. 仙台大学紀要, 42:31-39
- 13) 椿原徹也, 渡辺一郎 (2002) 7人制ラグビーにおけるトライに関する研究. 日本体育学会大会号, 53:540
- 14) 椿原徹也, 渡辺一郎 (2004) 7人制ラグビーにおけるボール保持時間とトライに関する研究. 日本体育学会号, 55:465
- 15) 中川昭, 小森田敏, 河野一郎 (1994) 1993 ウェールズ遠征における日本代表チームのタックルプレー分析. ラグビー科学研究.(財) 日本ラグビー協会: 東京, pp.12-19
- 16) 中本光彦, 安達隆博, 金澤陸 (2006) わが国の大学ラグビーをとりまく環境についての調査研究. 中京大学体育学論叢, 47:49-60
- 17) 日本ラグビーフットボール協会 (2006) JRFU コーチングの指針. (財) 日本ラグビーフットボール協会: 東京, pp.4
- 18) 沼尻直宏, 吉村雅文 (2012) サッカーのトレーニングに用いられるスモールサイドゲームに関する研究. 順天堂スポーツ健康科学研究, 3:184 - 187
- 19) 畑厚, 永松昌樹 (1997) ラグビーフットボールのゲーム分析に関する研究. 日本体育学会号, 48:460
- 20) 古川拓生, 嶋崎達也, 西村康平, 中川昭 (2012)

7人制ラグビーの防御戦術の15人制ラグビーへの応用

- 近年の世界トップレベルにおける7人制ラグビーのゲーム様相, Football Science.Vol.9:25-34
- 21) 松村 径 (2001) ラグビーにおける防御形態に関するゲーム分析研究. 筑波大学運動学研究, 17:29-35
 - 22) 溝畑 寛治 (1998) 7人制ラグビーの魅力. 関西大学文学論集, 48:39-47

(2013年5月31日受付)
(2013年7月30日受理)