

## スポーツ戦術プロジェクト研究会報告 2019

小澤 翔\*1・栗山雅倫\*1・藤井壮浩\*1・陸川 章\*1  
小山孟志\*2・平良航大\*3・小西康仁\*1・八百則和\*1  
嘉数陽介\*4・田村修治\*1・中山忠勝\*5・今川正浩\*1

An activity report of Sports tactics project 2019

by

Sho Ozawa, Masamichi Kuriyama, Masahiro Fujii, Akira Rikukawa, Takeshi Koyama, Kodai Taira,  
Yasuhito Konishi, Norikazu Yao, Yosuke Kakazu, Syuji Tamura, Masahiro Imagawa

### Abstract

As reported in the Bulletin School of Physical Education 2012, Sports Tactics Project has been help by instructors of the department of Competitive Sports and other motivated instructors since 2004. The purpose of the project is to discuss coaching methods from different perspectives and to correct knowledge of sport tactical matters by exchanging opinions among project members. The following is a report of the project activities in the Autumn of 2019.

#### I はじめに

2004年、東海大学体育学部競技スポーツ学科の教員を中心に戦術をキーワードとする「スポーツ戦術プロジェクト研究会」は発足された<sup>1)</sup>。この研究会では、戦術の話題もさることながら、チームの運営、コーチングの詳細に至るまで、様々な切り口で意見交換がなされてきた。時代の流れと

ともに戦術、コーチングの形態が変化していくなかで、多様な観点でチーム状況を把握することは非常に重要なことである。

以下に、2019年に行われた発表内容を示した。

#### II 発表内容概要

##### 1. バスケットボール競技における世界戦

\*1 東海大学体育学部競技スポーツ学科

\*2 東海大学スポーツ医科学研究所

\*3 スポーツ教育センタースポーツ課

\*4 公益財団法人日本ハンドボール協会

\*5 東海大学体育学部非常勤

## 術と本チームの取り組みについて

陸川章・平良航大・小山猛志

### 1) はじめに

近年、バスケットボール競技では、世界的にピックアンドロールという攻撃が主流となっている。本チームは2017年度シーズンからこのピックアンドロールという攻撃をシステム化し本格的に取り入れた。導入1年目はシステムの構築がなされずリーグ9位、インカレ5位と良い成績は残せなかった。2年目は1年目の反省を活かしリーグ戦優勝、インカレ優勝と良い成績を残すことができた。その成果と課題を調査し紹介する。

### 2) キーワード

(1) スペーシング: ピックアンドロールを行う場所を決め、周りの選手はスペースを取る。

↓

(2) ペイントタッチ: ペイントエリアに侵入することでディフェンスが崩れやすくなる。

↓

(3) リアクト: 仲間の動きに対して素早く反応する。

↓

(4) ボールムーブメント: 人とボールが流動的に動くことで、良いオフenseへと繋がる。

### 3) ピックアンドロールにおける成果と課題

#### 【成果】

- ・アシストが増えた。
- ・得点がある一定の選手に偏らず、バランスよく得点することができた。
- ・人とボールが流動的に動くことで、ディフェンスを崩しリバウンドの獲得が増えた。

#### 【課題】

- ・オープンショットは作れていたがシュート成功率が低い。
- ・システム化することで、個々の攻撃の意識が薄れてしまった。
- ・個々のスキルや打開力が弱くなってしまった。

### 4) まとめ・今後の取り組みについて

ピックアンドロールはチームオフenseだが、最終的には個々のスキル(パス、ドリブル、シュート、状況判断)が最も重要だと感じた。どれだけ良い戦術、戦略を持っていたとしても、個々の力が備わっていなければ、戦術は成り立たないと考える。また、近年良いオフenseの指標として、いかにペイントタッチできているか調査しているチームも多い。つまり、ペイントエリアを攻撃し、ディフェンスを収縮させ(シュートできるならシュートする)、アウトサイドにパスし、より質の高い3ポイントシュートを成功させることが求められている。その際に必要なのが、ドライブ(ペイントタッチ)に対して他の4人が連動してリアクト(反応)する→正しいスペーシングを取ることが大事である。今後は、個々のスキルにフォーカスしトレーニングを行なっていくことと、ペイントエリアへ侵入するための攻撃パターンを考えていかなければならない。

## 2. バレーボール競技における2019年度の試み(春学期)

藤井壮浩

### 1) はじめに

1年間の強化活動内での以下のような活動を何か研究材料にできないかと考え項目を挙げた。

### 2) 対象活動

日頃の練習、各大会での試合、練習ゲーム、強化合宿、高校生受け入れ合宿等。

そこで、本学主催の松前杯争奪バレーボール大会2017年度内で障害に対するアンケート調査を実施し、予備研究として捉え現状把握をこころみた。なお、アンケート調査を実施するに際しては、大会内での代表者会議にてチーム代表者にアンケート実施に関しての説明と今後の展望を示し参加は任意としている。

### 3) 対象及び方法

- ・対象者: 高校生男女バレーボール部員(760名)  
内 訳: 男性307名, 女性453名
- ・下肢の外傷・障害に関する調査

Q: 一週間以上練習を休まなければいけない痛みの

ある部位を股関節、大腿部前面、大腿部後面、膝関節、脛部、ふくらはぎ、足関節、足底部、足甲部、足趾、アキレス腱、その他の項目に分類し、急性外傷と慢性障害の現症状と既往歴の件数を調査した。

#### 4) 結果及び考察

高校生バレーボール選手では、男女ともに足関節、膝関節、脛部の外傷・障害が多く、男女の全外傷・障害件数 551 件のうち、足関節 151 件 (27.4%)、膝関節 146 件 (26.5%)、脛部 83 件 (15.1%) であった。

今回の調査で外傷・障害の多かった 3 部位のうち、膝関節と脛部に関しては慢性障害が多く、足関節に関しては急性外傷が多かった。慢性障害のうち、膝関節では、46 名のうち 10 名 (21.7%) が、脛部では全 46 名のうち 14 名 (30.4%) が過去にも同部位の慢性障害の既往を有しており、現在慢性障害を有する選手は、過去にも同部位の慢性障害の既往があることが多かった。

同様に急性外傷について、足関節に急性外傷を有する 64 名のうち 26 名 (40.6%) が過去にも同部位の急性外傷の既往があり、現在急性外傷を有する選手も、同部位の急性外傷の既往が多いことがわかった。

この結果は、受傷後に十分な組織修復期間を得られていないか、組織は修復していても、受傷要因となる動作の修正がなされていない可能性が示唆された。

今後の調査研究としては、アスリートの外傷・障害発生時には、疼痛原因を究明し、疼痛の根本的解決をしたうえでプレーに復帰させることで、長期的な競技離脱や痛みによる筋動員パターンの変化を避けることを可能にし…結果的に競技力のさらなる向上につながるものと考えられる結果となった。

「高校生バレーボール選手を対象とした下肢の障害調査」

次へのところみとしては… 「高校生バレーボール選手の急性外傷・慢性障害の受傷傾向」

できれば…継続的・発展的・競技間連携・種目横断的に実施することができれば、今後の競技活動

並びにコーチングに有用な知見を導き出す一助のデータを蓄積できるのではないかと考える。

### 3. 体操競技部 2018 年度大会報告

小西康仁・植村隆志

#### 1) はじめに

東海大学体操競技部は、2018 年 4 月より 2 名の留学生を受け入れている。1 名は男性で、YAZAN AL SOULIMAN (以下、YAZAN とする)、もう 1 名は女性で LEON MILCA (以下、MILCA とする) である。現在、両名は東海大学別科日本語研修課程に入学し、日本語を学びながら体操競技部に所属し、部員とともに練習に励んでいる。

今回の報告は、2 名が出場した大会の結果報告である。

#### 2) YAZAN の大会結果について

##### (1) 第 18 回アジア競技大会

2018 年 8 月 20 日～24 日までインドネシア・ジャカルタにて行われた第 18 回アジア競技大会(以下、2018 アジア大会とする)に、YAZAN はゆかとあん馬に出場した。

ゆかは普段の器具よりも硬いようで、かなり苦戦していた。本番でも、着地で転倒するミスが多発し、思うような点数を残すことはできなかった。またあん馬も同様に、慣れない器具に苦戦し、ミスを連発してしまった。

【ゆ か】: D スコア 3.6 E スコア 4.00 ND0.5  
決定点 7.10

【あん馬】: D スコア 2.3 E スコア 4.65 ND4.3  
決定点 0.00

##### (2) 世界選手権大会

10 月 25 日からカタール・ドーハにて行われた第 48 回世界体操競技選手権大会 (以下、2018 世界選手権とする)に、YAZAN はゆかとあん馬に出場した。

ゆかはいつもよりも落ち着いた様子で、着地まで意識された素晴らしい演技であった。D スコアは高くないものの、E スコアでは 7.90 点という高い評価をいただいた。あん馬は不安要素が多かったため、アップ本数が多くなってしまった。しかし演技内容は、目立ったミスもなく良い流れでき

ていたが、終末技で失敗。技が不認定だったためやり直したが認められず、結果としてDスコアとEスコアを下げることとなってしまった。

【ゆ か】：Dスコア：3.8 Eスコア：4.50  
決定点：8.30

【あん馬】：Dスコア：4.5 Eスコア：7.90  
決定点：12.45

### 3) MILCAの大会結果について

#### (1) 豊田国際体操競技選手権大会

12月8日から愛知県・豊田市にて行われる豊田国際体操競技大会（以下、豊田国際とする）に、MILCAは全種目出場した。

跳馬では、普段よりも難しい技にチャレンジしたが、着地で膝をつくミス。続く、段違い平行棒では、力を使う場面があったものの新しく取り入れた技も成功させ、うまくまとめた演技であった。平均台では2回の落下が響き、思うような結果が得られなかった。ゆかでは、当初のDスコアよりも低くなってしまい、さらに演技途中の不自然な動きがEスコアにも響き、納得いく点数とはならなかった。

【跳馬】：決定点：12.516（2本の平均点）

【段違い】：Dスコア：4.7 Eスコア：7.466  
決定点：12.166

【平均台】：Dスコア：4.7 Eスコア：4.766  
決定点：9.466

【ゆか】：Dスコア：4.1 Eスコア：7.533  
決定点：11.633

#### 4) 今後の課題

両名共、国際大会で思うような結果を残すことはできなかった。普段通りの演技を遂行することの難しさを改めて痛感した国際大会となってしまった。しかしながら、普段からより質の高い練習を心がけること、ミスしない演技構成を組むことが重要であると理解できたことは、彼らにとって良い経験だったのではないかと考えられる。今後はこの課題を克服できるよう、さらに練習に取り組みせたい。

## 4. 男子バレーボール競技における2019年

## 度の取り組み

小澤翔

### 1) 2019年度春季リーグ結果

・最終成績：2位（10勝1敗）

リーグ戦を通して、サーブとサーブレシーブの精度に課題があった。また長期のリーグ戦を戦う中で、怪我人や好調を維持できない選手が発生したことも、次の大会に向けての課題となった。

しかしその中でも、本学の強みであるブロックはリーグ戦出場全チーム内で1位の成績であった。個人でのブロックランキングでも、TOP10に3選手がランキングされ、内1選手がブロック賞（1セット平均：0.95本）の受賞となった。

下記に本学が2019年度に取り組んでいるブロックを紹介する。

### 2) ブロックについて

バレーボール競技（以下「バレーボール」と略す）におけるブロックは、相手の攻撃決定率を減少させるための技術として挙げられている。現代のバレーボールにおけるブロックの効果は、シャットアウトする、ワンタッチをとる、レシーブコースの限定があげられる。

### 3) ブロックの基本的な型

・リードブロック

相手セッターからトスが上がったのを確認して、全ての攻撃に対応する

⇒様々な攻撃に複数枚で対応可

→速い攻撃に弱い

・コミットブロック

相手スパイカーのタイミングに合わせてブロックを行う。

➢特定のスパイカーにマークを絞り、プレッシャーをかける

→トスを分散された場合、手薄になる

### 4) 試合での戦術

本学では、データ分析ソフトを活用し、アナリストがまとめたデータを基にして戦術を組み立てる。リードブロックとコミットブロックの使い分けも対戦チーム、対個人、試合状況に応じて変化

させている。また本学のミドルブロッカーの2名とオポジットの選手は強力なブロック力があるため、ブロック参加率が上がるよう配置した。

## 5. 大学サッカー界の現状について

今川正浩

### 1) サッカー界の組織

・世界 (FIFA) ～アジア (AFC) ～日本 (JFA) ～大学 (JUFA)

- ・大学サッカー連盟の法人化  
全日本～平成 22 年 7 月 1 日  
関東～平成 26 年 1 月 6 日

### 2) (一財) 全日本大学サッカー連盟

- (1) 加盟数 (チーム, 選手), 九地域で編成
- (2) 全日本大学サッカー連盟宣言
  - ・本連盟の願い
  - ・基本理念
  - ・具体的な目標
- (3) 全国大会
  - ・総理大臣杯 24 チームにて実施  
～各地区にて予選の大会を実施
  - ・インカレ 24 チームにて実施  
～各地区, 最上位のリーグ戦より選出, +総理大臣杯の優勝チーム
  - ・(I リーグ, 新人戦)
  - ・デンソーカップ 選抜チームにて, 9 地域対抗戦 (北海道・東北, 関東 A, 関東 B・北信越, 東海, 関西, 中国・四国, 九州, 全日本選抜)

### 3) (一財) 関東大学サッカー連盟

- (1) 組織図, リーグ構成, 公式戦
    - ・会長, 副会長
    - ・評議員 (任期, 4 年)
    - ・常務理事, 理事 (任期, 2 年)
    - ・事務局に常勤者 2 名
    - ・学生幹事会 (各大学より 2～3 名)
  - (2) 公式戦
    - ・リーグ戦 (1, 2 部リーグ 各 12 チーム 11 試合×2=22 試合)
- ※1 部と 2 部, 2 部と都県→ともに 2 チーム,

自動昇降格

- ・都県リーグ  
各都県によりバラツキがある
- ・アミノバイタルカップ (総理大臣杯予選)  
1・2 部+8 チーム (都県)  
32 チームによる, 1～5 試合トーナメント戦
- ・全国大会 (総理大臣杯, インカレ)
- ・天皇杯予選～本大会 (各都県～全国)

### 4) 今後の課題

- ・大学サッカーの方向性  
全日本大学サッカー連盟宣言を踏まえたうえで, リーグ編成, リーグ運営, 試合数, 競技場の確保等を検討していくべきである。

## 5. ラグビーフットボール競技における OFF THE BALL に着目して

中山忠勝

### 1) はじめに

ラグビーフットボール競技において, いくつもの場面で「OFF THE BALL」シチュエーションが見受けられる。しかしこれまで, ラグビーの「OFF THE BALL」に着目して研究や実践報告は行われていないのが現状である。そこでラグビーフットボールのディフェンス (以下 DF) 時における「OFF THE BALL」に着目し, 課題を明確することで今後の指導の一助とすることを目的とした。

### 2) DF 時の「OFF THE BALL」

DF における「OFF THE BALL」の目的として, DF ラインに並んでいる選手の人数を増やすことである。DF ラインに並んでいる選手が増えることで, アタック側は攻めるスペースが少なくなり有効な AT が出来なくなることが考えられる。

より良い DF を行う為にも, タックル, ブレイクダウンから素早く起き上がり DF に参加し直すことが求められる。

### 3) BIGGA (Back In Game Go Again)

DF における「OFF THE BALL」を意識させる為に「BIGGA」というワードを使用した。「BIGGA」は, 素早く試合に戻り DF として機能するという意味合

いがある。

#### 4) 今後の展望

今後はこの DF 時の「OFF THE BALL」を単に個人スキルでまとめるのではなく、一連の流れとして捉えていく必要があると考える。GOOD OFF THE BALL をする事で DF の並び人数が増え GOOD DF に繋がる、その結果、相手からボールを奪うことが可能になるといった DF ルーティンを作成していきたいと考えている。

### Ⅲ 引用参考文献

- 1) 小澤翔・栗山雅倫・小西康人・嘉数陽介・後藤太郎・花岡美智子・植村隆志・今川正浩・八百則和・西村一帆 (2017) スポーツ戦術プロジェクト研究会報告 2017. 東海大学体育学部紀要, 47, pp. 45-52