

## スポーツ戦術プロジェクト研究会報告

### ～2022年度秋シーズンの試み～

小西 康仁・小澤 翔・八百 則和・赤木 秀紀・浅田 忠亮・  
西 葉月・植村 隆志・小山 孟志・西村 一帆・花岡 美智子・  
加藤 譲・藤井 壮浩・栗山 雅倫・木村 季由・田村 修治・  
今川 正浩・陸川 章・内山 秀一・勝田 隆

An activity report on the sports tactics project  
initiatives for the autumn season, 2022

by

Konishi Yasuhito\*<sup>1</sup>, Ozawa Sho\*<sup>1</sup>, Yao Norikazu\*<sup>1</sup>, Akagi Hidenori\*<sup>1</sup>, Asada Tadasuke\*<sup>1</sup>,  
Nishi Haduki\*<sup>1</sup>, Uemura Takashi\*<sup>3</sup>, Koyama Takeshi\*<sup>3</sup>, Nishimura Kazuho\*<sup>2</sup>, Hanaoka  
Michiko\*<sup>3</sup>, Kato Jo\*<sup>1</sup>, Fujii Masahiro\*<sup>3</sup>, Kuriyama Masamichi\*<sup>3</sup>, Kimura Hideyuki\*<sup>3</sup>, Tamura  
Shuji\*<sup>3</sup>, Imagawa Masahiro\*<sup>1</sup>, Rikukawa Akira\*<sup>1</sup>, Uchiyama Shuichi\*<sup>5</sup>, and Katsuta takashi\*<sup>6</sup>

### Abstract

As reported in the School of Physical Education Bulletin 2022, the Sports Tactics Project has been hosted by instructors of the Department of Competitive Sports and others since 2004. The purpose of the project is to discuss coaching methods from different perspectives and to correct knowledge of sport tactics, by exchanging idea amongst the project members. The following is a report of the project activities during the autumn season in 2022.

### 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」が発足された<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

\* 1 スポーツプロモーションセンター \* 2 体育学部競技スポーツ学科 \* 3 体育学部非常勤

\* 4 海洋学部海洋生物学科 \* 5 体育学部体育学科 \* 6 体育学部スポーツ・レジャーマネジメント学科

切り口で意見交換がなされてきた。

以下は、2022 年度秋学期の活動中に発表された内容をまとめたものである。

## II. 発表内容概要

### 1. 2023 シーズンに向けた取り組み

小西康仁・西 葉月

#### 1) 全日本インカレまでの取り組み

2022 年の全日本インカレは、先に行われた東日本インカレ同様に通し練習回数を増やした。その結果、演技の精度（成功率や技の出来栄）は格段に良くなっていった。しかしながら、感染症の影響により、7月30日から8月12日までの期間、活動停止となってしまった。結果、男子団体総合は13位、女子団体総合は11位という結果であった。

#### 2) 目標達成に向けた取り組み（男子）

2023 シーズンの目標は、全日本インカレ団体総合8位入賞と掲げた。その目標を達成するための取り組みとして、78点選手を育成すること、具体的にはDスコア30点、Eスコア48点を獲得できる選手を育成することを念頭に置いて強化を始めた。また指導スタッフだけが現状を理解するのではなく、全日本インカレのデータを部員に収集させ、資料を作成させた。その資料をもとにミーティングを実施し、現在の立ち位置を理解させた。

	BC	PH	SR	VT	PR	HB	TOTAL
大阪大学	5.167	5.080	4.783	5.040	5.117	4.707	30.317
筑波大学	5.270	5.080	5.000	4.960	5.083	4.920	30.017
駒沢大学	5.167	5.087	4.800	5.130	4.907	4.807	29.913
新潟県立大学	5.150	4.767	4.583	4.560	4.860	4.417	27.133
高松大学	4.913	4.867	4.160	4.960	4.400	4.567	27.530

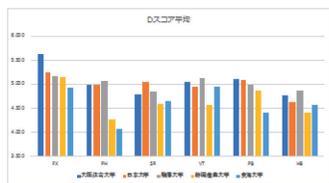


図1 主要大学の全日本インカレDスコア

データ収集の結果、明らかにDスコアが低いことが浮き彫りとなった。その問題を解決する具体的方法として以下の方法を打ち出した。

#### (1) 技の完成度を高める

選手は調子が良ければ成功する技を演技に組み入れていることが多かったため、調子が良くなければできないことが当たり前であった。それでは、演技も安定しないため技の完成度を高め、当たり

前に成功できる技で演技を組むことを念頭に置かせた。

#### (2) 成功するまで通しを実施

これまでは、通し練習でミスが出た場合、その日のうちに再度通し練習をすることはやってこなかった。しかし、それでは演技の完成度はいつまで経っても上がらないし、明日になればできるであろうという甘い考えになってしまうため、失敗したら成功するまで実施するスタイルへ変えていった。

上記の取り組みをデータで分析、また指導スタッフと選手が共有できるよう、競技力の“見える化”にチャレンジした。以下がその資料である。

表1 技の完成度表と通し結果表

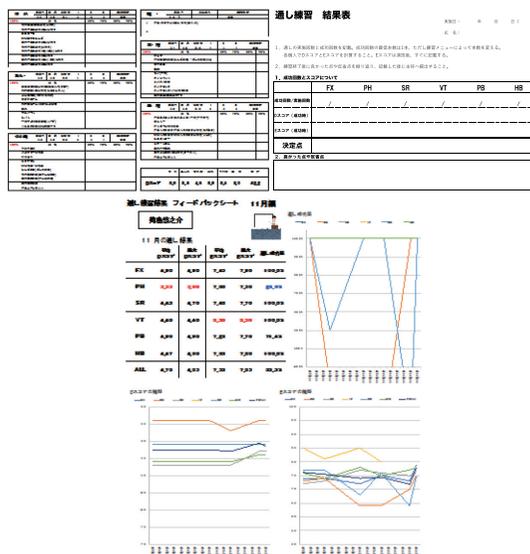


図2 フィードバックシート

今回の取り組みに関する成果はまだ出ていないが、これまでになかった取り組みのため継続して実施したい。

### 3) 2023 年に向けて（女子）

2022 シーズンは課題が多く残り、全日本インカレでは1部校の最下位という結果であった。2023 シーズンに向け、身体作りやチーム力の強化は必須。今までと同じような取り組みでは、勝ち上がることはできないので、部員全員が覚悟を持って練習に臨み、新しいことへの挑戦をしていかなければならない。よって2023 シーズンに向けて、以

下の取り組みを中心に強化を図っていききたい。

### (1) 定期的なミーティング

チーム・個人の短期目標の設定。チーム全体のパフォーマンスの向上のため、主将を中心としたチーム作り。主体性を養う。

### (2) アプリを用いたコンディションの自己管理

基礎体温、体重、睡眠時間、入浴などの項目を毎日打ち込み、コンディション管理を行う。

### (3) 陸上トレーニングの取り入れ

走力・跳躍力のアップを目的として、跳馬やジャンプの強化に繋げる。

## 4) 2022 年世界選手権報告

2022年10月29日～11月6日に、イギリスのリバプールで行われた第51回世界体操競技選手権大会にベネズエラ代表のレオン ミルカ (GC3 年) が出場し、体操競技部女子監督の西がベネズエラ代表のコーチとして参加。オリンピックのメダリストが数多く出場する中で、自分自身の演技を最大限に発揮しなければならない状況ではあったが、試合前のルーティーンを大事にし、落ち着いて試合に臨むことが出来ていた。今までに出場した世界選手権大会の中で最も良い成績を収めることが出来たが、平均台で落下があり、目標としていた予選通過とはならなかった。

今後の課題としては、D スコアを更にするのと、常に失敗しない演技を実施しなければならない。練習時から緊張感の雰囲気を作りだし、精神的に強いプレッシャーの中でも最大限に力を発揮できるように、練習環境を整えることも重要である。

## 2. 男子バレーボール競技における 2022 年度秋学期大会報告

小澤翔

### 1) 2022 年度秋季リーグ結果

・最終成績：4 位 (8 勝 3 敗)

春季リーグ戦のメンバー構成は 3, 4 年生のみで構成したが、秋季リーグ戦では 4 年生が 1 名、3 年生が 2 名、それ以外が 2 年生となった。要因は開幕直前に怪我人や体調不良を訴えるものが出たこと、

代表活動でチームを離れたメンバーがいたことが挙げられる。また春季リーグ戦で優勝したことで目標となるチームとして注目され、本学の戦術を分析され、対応できない部分もあったと感じる。主な成果と課題については以下の通りである。

### (1) 成果

- ・サーブレシーブの安定
  - 負けないバレーの確立
- ・リザーブ選手を多く起用
  - 今後に向けての強化

### (2) 課題

- ・サーブとブロック
  - 勝ち切る力の強化
- ・スパイク決定率向上
  - ブロック力のあるチーム対策

## 2) 全日本インカレに向けて

全日本インカレ開幕まで 3 週間を切ったタイミングで学生とのミーティングを実施した。4 年生にとっては大学生活最後の大会になるため、やってきた実績を自信に変えて臨むと学生から意見がでた。またコートの中と外での価値観の共有を図ることも必要であり、戦術・戦略を構築していくためには他者の考えを理解することも重要であるとの意見も多かった。

## 3) 参加者からの意見

発表後に参加者の先生方から「最後の大会前に意識していることはありますか」の質問に対する意見を頂いた。以下の通り示す。

- ・選手をどうやってその気にさせるか
- ・自分の感性に従う
- ・その時信じたものを貫く
- ・ストレートの感情表現をする
- ・出来ないことを認める
- ・伝えるすべの努力をする (言葉にする)
- ・状況の変化をつける
- ・各学年の歯車をあわせる

## 3. ラグビーフットボール部の 2022 年度秋学期活動報告

八百則和・西村一帆・木村季由

### 1) 2022 年度秋季リーグ戦戦績

・最終成績：1 位 (6 勝 1 敗)

春シーズンから継続して選手の自主性を重んじながら、選手、コーチが常にコミュニケーションを取りながら、チームの方向性を明確にし、トレーニングや試合を行ってきた。しかし、初戦の東海大学戦ではチームのまとまりがなく、チームとして機能しておらず敗戦した。この試合では、反則が多く、ラインアウトの獲得率、タックル成功率が低かった。精度の低いプレーに加え、個人の判断ミスも多かった。選手とコーチによるミーティングでは、規律がなく、選手一人一人が正しい判断できるように常に考えながらプレーする必要があるという結論に至った。2戦目以降は試合前までに良い準備ができ、個人の判断ミスも少なく、良いマインドセットを持ちながら試合に臨むことができた。リーグ戦の終盤ではチームの掲げたプラン通りのプレーが遂行できるようになり、2戦目からはチームの方向性も定まり全勝でリーグ戦の優勝を決めた。

表2 関東大学リーグ戦結果

	東海大	法政経済大	東洋大	日本大	立正大	法政大	大東文化大	関東学院大	勝点	順位
東海大	22-29 2566	24-27 2729	21-25 2160	21-28 2166	21-21 2166	21-21 2166	21-21 2166	21-21 2166	31	1
法政経済大	25-22 2146	21-25 2166	25	2						
東洋大	22-24 2146	22	3							
日本大	22-24 2146	15	4							
立正大	21-21 2166	15	5							
法政大	21-21 2166	14	6							
大東文化大	21-21 2166	11	7							
関東学院大	21-21 2166	1	8							

しかし、また、選手とコーチの意思の疎通を図るべく、週に2回のミーティングを重ね、トレーニングの目的、方法、強度などを設定した。初戦の敗戦から徐々に東海大学が目指す試合を行えるようになってきた。リーグ戦の終盤ではチームの掲げたプラン通りのプレーができるようになり、2戦目からは全勝でリーグ戦の優勝を決めた。

## 2) リーグ戦から学んだこと

### (1) 規律

ラグビーの試合での反則はゲームのモメンタムを失い、特にペナルティーはボールの所有（ポゼッション）と陣地（テリトリー）を失うことになる。ペナルティーを犯さないためにもラグビーのゲームを理解し、ルールを遵守し規律を守るメンタリティーを持ち続けなければならない。

また、この規律は戦術を遂行する際も同様で、

チームで決めた約束事を選手全員が理解し試合を行わなければならない。

### (2) 判断力

ラグビーのルールは曖昧な表現が多いため、上記、規律を守るためにはレフリーと選手のルールの捉え方や解釈、主観が重要となる。選手は状況を把握し、プレーを選択する判断力が必要となる。また、選手はレフリーの基準に合わせる判断力も必要となる。

### (3) キャプテンシー

ラグビーの試合ではそれぞれが勝手に判断しているとバラバラな方向に進んでしまうため舵取り役が必要となる。キャプテンの強いリーダーシップを発揮しなければならない。

### 3) 大学選手権に向けて

さらに規律のある（統制のとれた）チームになる。そのためにも、共通理解を図り、全員が同じ方向に向かっていく必要がある。キャプテンと中心としたリーダー陣の強いリーダーシップとそのリーダー陣を支える部員全員がフォロワーとなり、チームの成果を最大限発揮させる組織づくりが必要となる。チームのパフォーマンスをワンステージ上がるためには、練習において肉体的にも精神的にも強いプレッシャーをかける必要がある。そしてスローガンにある「Chain:鎖」をより強固なものにしてチーム一丸となり大会に臨む。

## 3. 大学ホームゲームにおける学生のサポート活動

花岡美智子

### 1) サポート活動の経緯

2020年度以降、COVID-19の感染拡大による対策から、学生トレーナーが集まるスポーツサポート研究会の活動は大きく制限を受けることとなった。学外での活動は中止となり、学内においても2020年度は対面での活動は全面的に中止となった。2021年度は多少の緩和が見られ、学内における対面での活動は可能となったが、チームに参加する者以外、対人（対選手）での活動は著しく制限された。対人スキル向上の機会が消失したことで、学生トレーナーのモチベーションは低下し、さらには技術の停滞も感じるようになった。

そのような中、学内において関東大学バスケッ

トボールリーグホームゲームが開催されることを受け、この機会にサポートスタッフとして活動に参加できないか打診したところ快諾を得て今回の活動が実現した。

## 2) 活動内容

### (1) サポート内容の共有

遠隔による関係者との打ち合わせを実施し、関東大学バスケットボール連盟医科学部に所属するドクターの指示の下、試合時の有事に対するサポート活動を行うことを共有した。具体的な内容としては、試合中に発生した搬送を必要とする事例に対して、頭頸部固定・全身固定からコート外への搬送までを担当することとした。なお、診断に関してはドクターが担当し、学生スタッフは関与しないことも確認した。

### (2) 固定・搬送練習

実際の場面を想定し、コート内へ進入、その後頭頸部固定→ログロール→全身固定→搬送までの一連の流れを反復して練習を行なった。遠隔にてドクターにも動きを確認してもらい、ベルトの固定方法、人の動き方など細かい点も改善を重ねた。倒れている体勢やバスケットボール選手特有の高身長という形態なども考慮し、練習を行なった。その結果、搬送が完了するまでに要する時間についても1分以上短縮して正確に実施することができるようになった。

### (3) フローの作成

有事において、どのような手順で判断し行動するか、フローの作成を行いドクターのチェックを受けて完成させた。本活動はドクターの指示の下実施すること、頭頸部固定や搬送以外は実施しないこと、など限定的な活動であった。しかし、競技中に起こりうるあらゆる外傷発生に対応できるようフローを作成し、救急隊へ引き継ぐ際に伝えるべき情報、救急車の通路など、有事に混乱しないよう、簡潔かつ必要項目が記載されたフローを作成した。

## 3) 本活動における成果

本活動を通して、学生トレーナーの搬送技術、頭頸部固定・全身固定の技術に関して向上が見られた。本番となるホームゲームでは、幸いなことに搬送が必要となる事例は見られなかった。しか

し、本番までの期間で専門家からのアドバイスをもとに反復練習を重ねたことは、学生トレーナーにとって自信につながり、各自が参加しているクラブ活動において、搬送事例が出た場合、落ち着いて対応することができそうだと感想が得られた。作成したフローも、各クラブにおいて活用できるようなアドバイスを活かして作成したことで、これからの活動のレガシーとして貴重な知識を得ることとなった。

また、サポート活動は多くの立場の方と協力することで初めて成立することを学ぶ機会となった。大会の運営関係者、会場の運営関係者、チーム関係者と情報を共有し、ミーティングを重ねることで、スムーズな情報共有、サポート活動を実施することが可能となり、より人との繋がりが重要であること、連絡や報告の重要性を感じる事ができた。

今回の活動は、期間も活動内容も限定的なものであったが、その中で日頃の活動にも還元されるような知識・技術・行動を学ぶことが出来た。学生トレーナーにとって、多くの人に評価を受けながら活動することは、良い緊張感と高いモチベーションを維持する上で重要であり、サポートスタッフとして成長していく上で必要なことであると再認識する機会となった。

最後に、本活動を実施するにあたりご尽力いただきました関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

## 4. 男子バスケットボール部における 2022 年度夏以降の活動報告

陸川章・小山孟志

### 1) 2022 年度の戦績と所感

関東トーナメント (5月) ベスト 16、関東新人戦 (6月) 6位、関東リーグ戦 1部 (8~11月) 3位という結果であった。

特に直近のリーグ戦期間は、国際試合や天皇杯予選等含めて13週間で34試合というこれまでに経験のない試合数をこなした。インカレに照準を合わせるためには、このリーグ戦期間中の取り組みが重要であると捉え、以下2つのことに取り組んだ。

## 2) リーグ期間のポイント

### (1) ケガ人の影響

リーグの順位変動を見ると、いくつかのチームが主力選手をケガで欠いた試合以降に順位を落としていることが伺え、我々も例外ではなかった。いかに長期離脱のケガを最小限に抑えるかということがポイントとなった。

### (2) リーグ中に強化期間を作る

インカレに照準を合わせるには天皇杯予選中（リーグ中断期間）に取って強化期間を作り練習負荷を増加させた。

### 3) インカレに向けて

リーグ戦後から約4週間後のインカレに向けて、最終準備期間の取り組みやピーキングの方法について、他競技から情報を得た。

## 5. 男子サッカー一部の2022年度活動報告

浅田忠亮・赤木秀起・今川正浩

### 1) 2022年度関東大学2部リーグ戦結果

・最終成績：3位（12勝5敗5分）

入れ替え戦で駒澤大学に5-0で勝利し1部昇格。

開幕戦から6節終了時点で1勝2敗3分の11位と苦しいスタートになったが、東海サッカーを見直し、選手・コーチがコミュニケーションを取りながら練習や試合を行った。その後、チームの戦い方が統一され、前期を5勝3敗3分の3位で折り返した。（表1）

#### (1) 前期リーグの振り返りから

先制点を取れているのに勝ちきれないという課題が明確になった。失点数は10失点と少ないが勝ちきれない要因は追加点にあると考えた。

#### (2) 後期リーグの戦術

攻撃では具体的な目的意識を持たせ、バリエーションを増やす練習を繰り返した。その結果、前期の17得点を大きく上回る25得点に伸びた。（表2）リーグ戦は1位、2位と勝ち点3差の3位で終了した。

#### (3) 昇格戦

1部10位の駒澤大学と入れ替え戦となった。準備、分析を入念に行い試合に臨み5-0で勝利し1部昇格を決めた。

表3 関東大学サッカーリーグ戦2部結果

順位	チーム	勝点	試合	勝	分	負	勝得点	敗失点	得失差
1	中央大学	44	22	13	5	4	41	17	24
2	日本大学	44	22	13	5	4	41	23	18
3	東海大学	41	22	12	5	5	42	20	22
4	日本体育大学	37	22	11	4	7	38	36	2
5	立正大学	35	22	11	2	9	36	25	11
6	産業能率大学	34	22	10	4	8	28	24	4
7	関東学院大学	32	22	9	5	8	39	36	3
8	青山学院大学	31	22	9	4	9	16	30	-14
9	慶應義塾大学	28	22	7	7	8	25	26	-1
10	城西大学	18	22	4	6	12	34	38	-4
11	明治学院大学	15	22	4	3	15	12	38	-26
12	東京学芸大学	12	22	4	0	18	14	53	-39

表4 関東大学サッカーリーグ戦2部試合内

節	前期 対	結果	先制	シュート数	節	後期 対	結果	先制	シュート数
①	vs 中央	1-1 Δ	⊕	5-2↑	⑫	vs 明治学院	1-0 ○	⊕	9-3↑
②	vs 日本	1-2 ×	⊖	7-2↑	⑬	vs 青山学院	5-0 ○	⊕	16-6↑
③	vs 日本体育	1-1 Δ	⊕	8-3↑	⑭	vs 城西	2-1 ○	⊕	8-4↑
④	vs 関東学院	2-0 ○	⊕	9-2↑	⑮	vs 日本	2-4 ×	⊖	5-8↓
⑤	vs 慶應	0-1 ×	⊖	4-7↓	⑯	vs 東京学芸	5-0 ○	⊕	14-3↑
⑥	vs 立正	1-1 Δ	⊕	11-18↓	⑰	vs 中央	2-3 ×	⊖	7-8↓
⑦	vs 青山学院	2-0 ○	⊕	16-3↑	⑱	vs 日本体育	2-0 ○	⊕	13-10↑
⑧	vs 産業能率	1-2 ×	⊖	7-7↓	⑲	vs 産業能率	0-0 Δ	⊖	5-4↑
⑨	vs 東京学芸	3-0 ○	⊕	16-2↑	⑳	vs 関東学院	1-0 ○	⊕	8-6↑
⑩	vs 明治学院	2-1 ○	⊕	12-5↑	㉑	vs 慶應義塾	1-1 Δ	⊕	6-9↓
⑪	vs 城西	3-1 ○	⊕	11-4↑	㉒	vs 立正	4-1 ○	⊕	6-11↓
合計/17得点10失点 シュート=成功率16%					合計/25得点10失点 シュート=成功率26%				

### 2) 来年度に向けて

チームとしては、この1年で大きく成長できた年となった。テクニカルの部分だけではなく、苦しい時に他へ意識が向くのではなく自分自身やチームがどうあるべきか考えることができ、東海サッカーの基盤ができたように思える。しかし、課題はまだ多く、1部に昇格するチームに勝ちきれなかったことや個々のレベルの向上は日本のトップで戦うために、さらに向上していかなければいけない。技術だけではなく学生スポーツとしての人間性の成長も重要視していることから、日頃の生活や細かい部分にどれだけこだわることができるかが勝負を左右するものであると来年度に向けて飛躍したいと考える。

### 文献

1) 栗山雅倫・小西康仁・後藤太郎・植村隆志・藤井壮浩・横山克人・田村修治・八百和則・西村一帆・花岡美智子（2016）スポーツ戦術プロジェクト研究会報告 2016. 東海大学体育学部紀要, 46, pp. 129-137