

スポーツ戦術プロジェクト研究会報告

～2022年度春シーズンの試み～

八百 則和・小澤 翔・小西 康仁・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

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

by

Norikazu Yao*1, Sho Ozawa *1, Yasuhito Konishi*1, Hidenori Akagi *1, Tadasuke Asada *1,
Haduki Nishi*1, Takashi Uemura*2, Takeshi Koyama*2, Kazuho Nishimura*3, Michiko
Hanaoka*2, Jo Kato*4, Masahiro Fujii*2, Masamichi Kuriyama*2, Hideyuki Kimura*2, Shuji
Tamura*2, Masahiro Imagawa*1, Akira Rikukawa*1, and Shuichi Uchiyama*5

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 spring 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¹⁾。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。

以下は、2022年度春学期の活動中に発表された

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

*4 東海大学清水校舎教養教育センター *5 東海大学体育学部体育学科

内容をまとめたものである。

Ⅱ. 発表内容概要

1. 男子バレーボール競技における 2022 年度春季リーグ戦報告

小澤翔

1) 2022 年度春季リーグ戦結果

・最終成績：優勝（11 勝 1 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。下級生の頃から試合に出場したメンバーが上級生になったことにより、勝ちに対する執着心が出てきた。開幕戦から敗戦で始まったが、第 2 戦以降は日々の練習の成果が試合で見られた。リーグ戦終盤で怪我人や好調を維持できない選手が発生したが、バックアップメンバーが持てる力を発揮したことも勝利できた要因と考える。

2) 東日本インカレ結果

3 年ぶりに開催となった東日本大学選手権大会（東日本インカレ）では 12 年ぶりに優勝することができた。4 年生でキャプテンのセッターが教育実習中で大会への参加ができなかったが、控えのセッターやウィングスパイカーが力を発揮した。

3) 春学期を終えて

(1) 敗戦から得たこと

春季リーグ戦は敗戦からのスタートとなったが、敗戦から以下のことがわかった。

- ・敗戦の要因を追求
- ・勝ちパターンを構築
- ・体力強化

(2) 勝ち続けること

春季リーグ戦 2 戦目以降、東日本インカレ決勝まで勝つことができた。その要因として以下のことが挙げられる。

- ・ゲームコントロール
- ・2 セットの戦い方
- ・インパクトプレーヤーの育成
- ・勝利への執念
- ・表現力が増した

4) 今後の課題

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。春季リーグ戦、東日本インカレでは優勝する

ことができたが、データ上ではブロックの決定本数、ブロックタッチ数が低い数値となった。また相手に Pipe 攻撃(コート中央からのバックアタック)をされた際のディフェンス力にも課題が残った。よって秋季リーグ戦以降の試合ではブロック力に磨きをかけていきたい。

2. 2022 年度ラグビーフットボール部における春シーズンの試み

八百則和・西村一帆・木村季由

1) キックオフミーティング

新年度シーズンの初日に全体ミーティングを行い、監督より以下の件について話がなされた。

- ・いかに自主性、主体性、当事者意識を持つことができるか？
- ・与えられたことだけをこなすのではなく、自分で考えて、自分の答えを出す。
- ・「とりあえず・・・」ではなく、最後まで突き詰める
- ・コーチが「やらせる」、選手が「やらされる」練習をなくす→選手が自主性、主体性をもって全力で練習に取り組む
- ・コロナで失われた SEAGALES のカルチャーを取り戻す

2) 2022 シーズンスローガン

主将から 2022 年度シーズンのスローガン「CHAIN:鎖」が発表された。全員の様々な想いを硬い鎖で繋ぎ合わせ、1 つになり、チーム全体が一枚岩となって戦うという意味が込められている。練習も選手が主体的に行い、質の高い練習を行ない強化していく。

3) 本年度の試み

(1) 選手による練習計画の立案

1 週間の流れから、毎日のトレーニングについても自分達で練習を考案する。このミーティングにはキャプテン、副キャプテン、FW リーダー、BK リーダーに加え、3 年の中心選手によるミーティングにより案を作り、監督・コーチとのミーティングで最終的に決定をする。

(2) 選手が練習を運営する

- ・選手、学生コーチが練習を運営
- ・用具等の準備

- キーポイント、フォーカスポイントの説明
- 映像等の共有
- 練習のボリューム、強度の決定
- 監督、コーチは練習で気づいたことをリーダーに伝え、リーダーから選手全体へ共有

4) 2022 年度春季大会の戦績

春季大会は対抗戦上位 3 チーム、リーグ戦上位 3 チームによる 6 チームのリーグ戦で行われている。東海大学は 4 勝 1 敗で 2 位であった。敗れてしまった帝京大学戦では、9 本トライを取られたが、そのうち 6 本がペナルティーに起因しており、自分達の規律の無さが現れたゲームとなり、ディフェンス時のタックルの成功率も低かった。また、全てのゲームに共通していることは失点が多く、ディフェンスの強化の必要性が感じられた。

表 1. 2022 年度春季大会結果

	帝京大	東海大	明治大	早稲田大	大東文化大	日本大	勝点	順位
帝京大		59-21 217G	26-35 413G	52-26 815G	21-0 56勝373G	21-0 56勝373G	20	1
東海大	21-52 313G		43-24 816G12G	38-29 815G16G	59-40 815G12L	20-11 815G	18	2
明治大	35-26 815G	24-43 412G		47-36 817G	26-19 814G	40-23 1078G	18	3
早稲田大	28-32 413G	29-38 812G	19-26 312G		62-14 1016G	36-21 813G	11	4
大東文化大	42-1 56勝	40-52 815G	17-48 311G	14-62 212G		54-28 812G	4	5
日本大	42-1 56勝	17-50 311G	43-48 714G	21-36 313G	38-54 814G		0	6

春シーズンの試みとして選手主体の練習計画、運営、実施と行なってきたが、課題としては、選手全員が自主性や当事者意識を持つて行うことの難しさが挙げられ、コーチが介入するタイミングや範囲についても検討の余地があると報告された。

3. 2022 年度男子体操競技部における東日本インカレの振り返り

小西康仁

1) 2022 東日本インカレまでの取り組み

例年 5 月に実施される東日本インカレは、全日本インカレの前哨戦とも言われるほど重要な位置付けとなる。今年度の取り組みは以下の通り。

- 通し練習の数を増やす (週 2 日→4 日)
- E スコアで勝負

これらのことから、例年よりも不安が少ない状態で試合に臨めたが、本番ではあん馬と鉄棒でミスが相次ぎ、団体総合 9 位という結果であった。

2) 2022 全日本インカレに向けて

東日本インカレの反省を生かし、2022 全日本インカレに向けた戦術を練り直すための資料を作成し、分析した。

(1) D スコア

氏名	ゆか	あん馬	つり輪	跳馬	平行棒	鉄棒	Total
日本大学	5.12	5.12	4.86	4.80	5.04	4.80	29.74
駒澤大学	5.20	5.30	4.94	4.88	5.08	4.90	30.30
国士館大学	5.06	4.68	4.64	4.72	4.46	4.50	28.06
東海大学	4.94	4.32	4.72	4.80	4.44	4.26	27.48

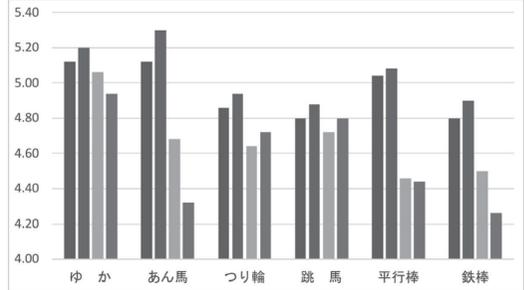


図 1. D スコア

全体を通して、他大学よりも低い D スコアで勝負を挑んだが、ここまで差が開いているとは思ってもいなかった。全日本インカレに向けては、種目を限定して D スコアアップ(新しい技を入れる)に力を入れなければならない。

(2) E スコア

氏名	ゆか	あん馬	つり輪	跳馬	平行棒	鉄棒	Total
日本大学	7.90	7.68	8.15	9.02	8.24	7.54	48.53
駒澤大学	7.80	7.48	7.83	9.02	7.70	7.89	47.72
国士館大学	7.73	7.70	8.10	8.73	7.73	8.05	48.04
東海大学	8.14	6.97	7.84	8.74	8.08	7.45	47.22

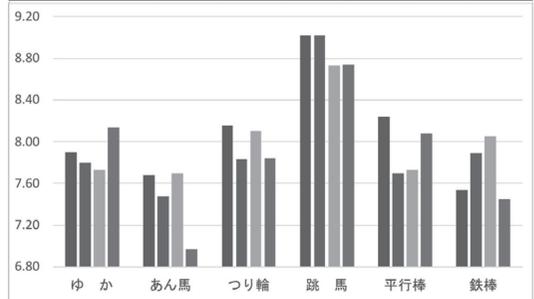


図 2. E スコア

全体を通して、他大学よりも高い評価が得られた種目もあったが、失敗したことが今大会の敗因。全日本インカレに向けては、個々の技を正確に実施し、高い評価を得られる演技を心がけることが重要である。

(3) チームスコア (上位 5 名の点数)

氏名	ゆか	あん馬	つり輪	跳馬	平行棒	鉄棒	Total
日本大学	64.50	64.00	65.05	69.10	66.40	61.70	390.75
駒澤大学	64.40	63.90	63.85	69.30	63.90	63.95	389.30
国士舘大学	63.55	61.90	63.70	66.65	60.95	62.75	379.50
東海大学	65.10	56.45	62.80	67.40	62.60	58.55	372.90

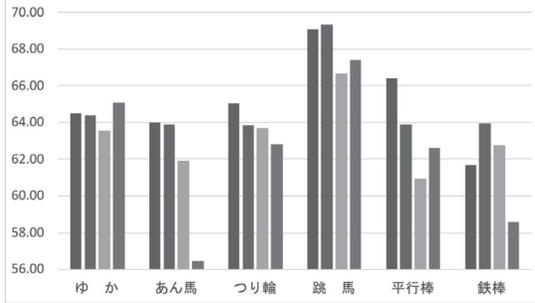


図 3. チームスコア

全体を通して、あん馬と鉄棒のミスが響き、他大学よりも低い得点となったことが今大会の敗因。今後は個々の技を正確に実施することが重要である。

3) まとめ

本調査から、全日本インカレへの課題はDスコアアップと個々の技の正確性であった。また全日本インカレに向けて、通し練習の数は減らさずに成功率を上げること、Eスコアで勝負することが重要であることがわかった。

4. 2022 年度女子体操競技部における東日本インカレの振り返り

西葉月

1) 2022 年度東日本インカレ結果

女子団体総合の結果は 10 位であった。チーム内でミスをカバーし合うことが出来ず、段違い平行棒や平均台での落下があり、得点を伸ばすことが出来なかった。精神面での弱さがあったと感じる。また、他の大学に比べ、Dスコア（演技の難しさ）がどの種目も低かった。課題が多く見つかる試合となったが、2022 シーズンに向けて冬場から取り組んでいた表現力の強化は少しずつではあるが成果が出てきたように感じる。

2) 全日本インカレに向けての課題

東日本インカレの結果を受け止め、Dスコアの向上だけでなく、練習時から試合に近いような緊張感を作りだし、精神面の強化も重要である。全

日本インカレに向けての主な課題については以下の通りである。

(1) Dスコアの向上 (新たな技の習得)

- 実施した技が確実に認められるように、技の質を高める。
- 積極的に新しい技への挑戦。新たな技の習得がチーム得点を上げる。

(2) Eスコアの向上

- 試合のような緊張感を作り出し、プレッシャーがかかる中でも失敗しない精神面の強化。
- 着地にも拘り、0.1点を拾う演技の実施。

5. 男子バスケットボール部における 2022 年度春の活動報告

陸川章・小山孟志

1) 経験を次に生かす

(1) コロナ渦による活動制限の影響

2021年インカレでは4試合連続で接戦であった。コロナ渦による活動制限の影響により体力強化の時間が不足していた。

(2) 主力選手の卒業

今年のメンバーは試合経験が不足していることやフィジカル面の格差が大きいことが課題として挙げられた。

2) 新たな試み

(1) 練習負荷のモニタリング

- 鍛錬期に離脱する選手が多いことの対応策
- (2) トレーニングの個別化
- ベース作りか、次の段階かを判別する方法
- ディベロップメンバーを選定

3) 2022 年度春の戦績

関東トーナメントはベスト 16、関東新人戦は 6 位という結果であった。

6. 男子サッカー部の 2022 年度前期リーグ活動報告

浅田忠亮・赤木秀紀・今川正浩

1) 2022 年関東大学 2 部リーグ戦前期結果

- 前期成績：3 位 (5 勝 3 敗 3 分)

関東大学サッカーリーグは 1 部 12 チーム、2 部 12 チームで行われている。2022 年度、東海大学男子サッカー部は関東大学リーグ 2 部に所属してい

る。今季のリーグは、開幕戦から6節終了時で、1勝2敗3分の11位と苦しいスタートになった。5節終了時にスタッフ・選手でミーティングを実施し、自チームの見直しを行い、徐々に調子を取り戻した。その結果、6節以降は4勝1敗1分となり前期終了順位も3位に浮上した。

表1. 関東大学サッカーリーグ戦2部前期結果

順位	チーム	勝点	試合	勝	分	負	得点	失点	得失差
1	中央大学	19	11	5	4	2	17	9	8
2	産業能率大学	19	10	6	1	3	15	9	6
3	東海大学	18	11	5	3	3	17	10	7
4	慶應義塾大学	18	11	5	3	3	18	12	6
5	日本体育大学	18	11	5	3	3	16	13	3
6	関東学院大学	15	11	4	3	4	16	19	-3
7	日本大学	14	10	3	5	2	14	12	2
8	立正大学	13	8	4	1	3	11	9	2
9	城西大学	10	11	2	4	5	19	20	-1
10	青山学院大学	10	9	3	1	5	4	11	-7
11	東京学芸大学	9	11	3	0	8	7	22	-15
12	明治学院大学	8	10	2	2	6	7	15	-8

2) 前期振り返りの課題

(1) 攻撃

攻撃が単調であり、連動、連続した攻撃に繋がっていない。シュート数が多いが無理やりが多い。確実にシュートを決められるフリーを作る選手や攻撃人数を増やす。攻撃が自チームの守備形態を崩している。

(2) 守備

全10失点中7失点が後半ラスト15分に失点している(図1)。最後まで落ちない体力、集中力、判断力、メンタリティー。失点しないための戦術や試合運び。奪いどころや狙い取り。連続したプレス。ジャッジの速さ。

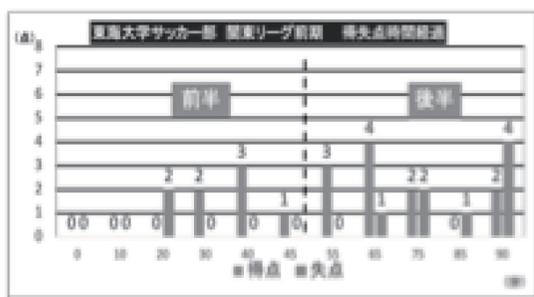


図1 前期リーグ戦得失点時間経過

3) 後期リーグに向けて

前期リーグを3位で終了したが、今年リーグは混戦で1位から8位までが勝ち点差6しかない状況であった。そのため、後期の試合によっては昇格も降格もある可能性があった。前期終了に近

づくにつれてチームの戦い方が明確になり、チームも選手も統一意識がプレー面でも表現できるシーンが増えてきた。中断期間は他の大会も入ってくるが、自分たちの戦い方を明確にするとともに、前期の改善点を修正し後期の試合に挑むことを意識する。新型コロナ感染症や選手のコンディションにも注意し関東1部昇格に向けて総合力を高めていく必要がある。

7. アスリート(スポーツ実施者)に対するトータルサポート

花岡 美智子

1) トータルサポートに関わるスタッフ

アスリートのパフォーマンス向上、怪我の予防、コンディショニング等、サポートする上で関わっていくスタッフは多種にわたる。現在でもフィットネスコーチやストレングスコーチ、アスレティックトレーナー、鍼灸師、マッサージ師、理学療法士、各専門医、栄養士、アナリストなど多くの専門家がそれぞれの分野からアスリートを支援している。

加えてその専門家たちが利用するトレーニング機器や治療機器、分析機器、栄養関連会社、保険会社等のスタッフも含めると、一人のアスリート、一つのチームをサポートするために非常に多くの人間が関わっていることがわかる

2) 現状の課題

しかし、多くの分野から多くの人が関わるからこそ、サポートスタッフ間の連携は容易ではなく、アスリートが本当に望むトータルサポートを提供するためには、このサポート体制をまとめていくための組織が必要であると感じている。

本学においてはスポーツ医科学研究所のスポーツサポートシステムが全国に先駆けて大学所属選手やチームをサポートするための組織として構築された。そこでは、ドクターによるメディカルクリニックや専門家による栄養クリニック、突然死防止のためのエコー検査、学生スタッフの育成など様々な活動を実施している。しかし専任スタッフの不足、手続きの煩雑さなどから、システムの横の繋がりを密にすることが難しく、結局は個人的な繋がりを利用して、アスリートやチームを

サポートしているのが現状である。

3) 東海大学の強みを活かして

東海大学は医学部と体育学部を備えた総合大学であり、多くの運動クラブが活躍している全国でも有数の大学である。医学部と協力し、アスリートサポートを実施することができれば、競技力向上のために欠かせないコンディショニングや怪我への対応等、メディカル面において大きな意味を持つこととなる。

競技力向上と安全管理は、スポーツ現場において常に求められることであり、そのために必要なサポートとして

- ・メディカルチェック（血液検査含む）
- ・栄養管理
- ・メンタルヘルス
- ・受傷時の即時診察（精密検査、治療介入など）
- ・アスレティックリハビリテーション

などが挙げられる。

多くの運動クラブが在籍する湘南キャンパスと、医学部のある伊勢原キャンパスの地理的な近さを活かし、「東海大学スポーツメディカルセンター（仮）」を設立し、前述したようなサポートを必要とする場合に、迅速にかつ簡易に実施することができれば、東海大学独自のアスリートのトータルサポートを展開することが可能になる。

4) 今後の課題

医学部によるサポートが叶えば、多くのアスリートにとって、安全を確保しながらも有事には専門家による検査、診察、処置を受けることが可能となり、コンディショニングを行う上で大きな強みになることは疑いようがない。しかし、他大学の取り組みを見ても、競技と医療の両現場の間に立ち、要望に対して仲介、コーディネートする専門スタッフの存在が不可欠であり、両現場で互いの都合を理解した上で動ける組織であることが重要である。

現在は、競技現場におけるニーズを収集し、医療現場においてどこまで現実可能であるか、可能にするためには、スタッフや機材、施設など何が必要か、を検討している段階である。全てを揃えてからスタートするのではなく、現状できるところから始めていくというスタンスではあるが、組

織として機能し、多くのアスリートが活用できるシステムを構築していけるよう今後の進展に尽力していきたい。