

ラインアウトの獲得率をあげるには

To raise the acquisition rate of the line - out

1K07A153-7 中田 英里

指導教員 主査 太田 章先生

副査 島田 陽一先生

【はじめに】

ラグビー経験者ならば「ラグビーはセットプレー」という言葉は誰しもが知っていることであろう。この言葉の意味するところは、ラグビーはセットプレーで勝負が決まり、ラグビーを説明するのにセットプレー抜きには語れない、ということである。セットプレーが安定しないチームは必ずゲーム展開が不利になっていく。2008年度に早稲田大学は関東大学対抗戦において二敗したが、そのどちらもがセットプレーが安定せず、そこから不利なゲーム展開を強いられたものであり、セットプレーさえ安定していれば決して負けることはない試合であったために「ラグビーはセットプレー」という言葉の意味を痛感させられた試合であった。ではどのようにすればセットプレーは安定するのであろうか。私はセットプレーの中でもラインアウトについて調べてみた。

【第一章 ラインアウトについて】

ラインアウトとはわかりやすく言えばサッカーのスローインみたいなものだ。しかしサッカーとは違い、もの凄く細かいルールがたくさんあり、そのルールを上手く使ってボールを獲得しなければならない。そのためラインアウトのルールはどのようなものなのかを詳しく調べ理解し、また獲得率をあげるためのラインアウトの種類について書いた。

【第二章 研究方法】

ラインアウトはどんな練習をしても完璧という事はない。なぜなら試合では相手がいるためだ。練習では相手がいらない練習を主にやり、サインの確認やムーブの仕方など、合わせ精度をあげる。しかし試合でサイン通りのムーブで相手を引き付けるサインやったとしても相手が付いてくるとは限らない。相手がいる練習をしたとしてもチームによってDFの考え方も違うし試合単位でDFを変えてくるチームもあるため試合のその場その場の駆け引きでボールを確保する。この研究では2009年度の関東大学対抗戦での早稲田のラインアウトを分析し、どのようなラインアウトが成功しているか、なぜ成功したのか、また反対になぜ失敗したのかを調べてみた。

【第三章 研究結果のまとめ】

第二章での結果を前・真ん中・後ろのエリアで分け、どこのエリアのサインを出していて獲得率はどのくらいなのか出してみた。結果として真ん中のエリアが多くなってしまっており、サイン出しのバランスが悪く相手に競られやすい形になっていた。また相手のDFの並び方がミラー方式の場合とミラー方式でない場合との獲得率の関係を調べてみた。結果としてオールの場合ミラー方式をしてきたチームの方が前へのムーブで簡単に置き去りに出来るため獲得率が高く、ショートの場合ミラー方式は関係なく安定して獲得していた。

【結論】

私は獲得率を上げるには以下の項目が大事だと考えた。一つ目は早いセットをする。早いセットをすることで相手が並ぶ前にプライオリティなどのサインだしができ、ノープレッシャーの中で獲得する事が出来る。二つ目はオールラインアウトとショートラインアウトをバランス良く使用する。これも相手がこちらの人数がわかっていない状況で跳ぶ事によりノープレッシャーの中で獲得出来る。三つ目はスローワー主動にすること。それにより相手のDFが反応しにくく、こちらが先に跳べ、相手が跳んだころには獲得している。四つ目は早いムーブをすること。前にムーブする際にも、後ろにムーブする際にも素早く動き相手を置き去りにすることで獲得率が上がる。五つ目は高さ。これは身長が低いチームでもスーパーリフトを完璧にすることで身長差を補えられる。六つ目は後ろのサインも空いている場合は勇気を出して選択する。これは第四章で出した結果により後ろでも獲得率はあまり変わらないため勇気を出してサイン出しをする事である。七つ目はシーズンを通して前・真ん中・後ろのサインをバランス良く使用する。この七つが獲得率を上げることが出来る。私は考えた。現在日本ではラインアウトのテクニックや理論を知らない高校生などがたくさんいる。そのような選手のためにもこの研究で提示したラインアウトの技術や考え方を多くの人が知るべきであると考えた。