

日本拳法における試合分析と早稲田大学日本拳法部の強化事例研究 A study of Nippon Kempou

1K08B138-0 中村 泰人

指導教員 主査 土屋 純 先生 副査 志々田 文明 先生

【第Ⅰ章】

本研究では、現在の日本拳法の試合分析を通して勝つための法則を発見し、現場に還元することを大目的とする。私自身日本拳法に取り組み、普段から多くの方々に指導を受けたり技術論を見聞したりするが、「それは真実なのか」という疑問を感じるがよくある。そこで私は定説とされている事象や技術論を、試合分析という形で客観的なデータを集めることにより、私なりに確かめると同時に新たな法則を見つけ、自チームに活かしていくことにした。

【第Ⅱ章】

第Ⅱ章の中では、過去の試合分析を通して日本拳法の試合で勝つための法則を明らかにすることを目的とする。方法としては2010年度の全国学生個人選手権大会の69試合を録画し、分析した。具体的にカウントした項目は選手の構え、取得技、取得時間帯、取得エリア、組討になった回数と寝技のポジショニング、取得状況（攻めた、カウンター、1本時の移動状況等）である。結果として、ベスト32以上の選手にサウスポーの選手割合が全体割合の2倍以上増えていることや、面突と組技で全体の76%を占める取得本数が観察できたこと、中盤、終盤、序盤の順に1本が決まりやすいこと、攻めて1本を取るシーンが78%を占めることがわかった。また1本を取られた選手は共通して横に動いていないこともわかった。考察として、日本拳法の試合において強い選手に勝つための最も良い方法は、ポイントを取らせずに時間を使って戦うことであると言える。序盤では余裕を持ち誘い込まれて取られるシーンが多くみられることと、終盤になると引き分けを嫌って少し無理にでも攻めようとする心理が生まれ、ポイントが動きやすいと考えたからである。またポイントを取らせないためには結果からもわかる通り横に動くことが重要である。

【第Ⅲ章】

第Ⅲ章では第Ⅱ章で得られた各結果や考察を早稲田大学日本拳法部の活動に還元していった過程を紹介する。第Ⅱ章と同じように早稲田大学の2011年前期の公式戦3試合を分析したところ2分以内に取得されている本数が多いことと、1試合の平均試合時間が短いことがわかったためこれを課題とした。また、他強豪大学に

比べて経験者数が少ないこともあり、突き蹴り投げの全ての技において習熟度が低いことも課題として挙げられた。時間を使って試合を進める為の取り組みとして、横にずらし続けるのが上手い選手のビデオをYouTubeで共有して繰り返し見たことと、汎用性の高いステップを分解して指導し練習することを継続的に行った。また未経験者の技をスムーズに熟練させるためにひとつずつの技術を分解した練習を取り入れ、各技術の上達に努めた。その結果日本一になった試合分析では1試合当たりの平均試合時間はおよそ30秒増え、立ち技での取得本数が約1.5倍に、立ち技でとられた本数は約1/2になった。

【第Ⅳ章】

第Ⅳ章ではスポーツ運動学の見地から、日本拳法選手にとって望ましい運動経験について考える。Gallahueは12歳くらいまでに移動系、操作系、平衡系等の多くの運動に触れていることが、その後の専門的運動の習得を左右すると述べている。そこで早稲田大学日本拳法部の現役部員23名に運動経験についてアンケートを取って調べてみると、やはりメンバーに入る選手は幼い頃から継続して運動に触れる機会が多いという結果が出た。あらゆるスポーツに共通するのであろうが、幼い頃の多彩な運動経験は日本拳法においても専門的な技術の習得に深く関与していると言えるだろう。

【第Ⅴ章】

第Ⅴ章では武道とスポーツについて考える。今回の研究の大目的として「日本拳法の試合で勝つための法則を見つけ、現場に還元する」として試合分析に取り組んできたが、ここで注意しておきたいことがある。それは単に試合に勝つための方策だけを探し求めるのではなく、武道として「実用性があるか」ということも、常に念頭に置いておかなければならないということである。本来武道は真剣勝負の世界であり、常に実戦の場を想定して実用的に工夫されてきた。即ちスポーツと武道との大きな違いは「実用的かどうか」ということに集約できるのである。武道に携わる者としてこの感覚だけは忘れてはいけない。