

# タックル研究 Part1

「ラグビーは危険で、分かりにくい」と思われていることが、人気低迷の大きな原因になっています。危険なスポーツと思われている原因の一つにタックルがあります。

タックルに飛び込んで、頭を強打しているのや、胴や脚の下敷きになって地面に頭をうちつけているのを見かけてヒヤッとすることがありますが、段階的に順序を踏んでタックルを身につけておれば、危険ではありませんし、事故を防ぐことができます。

タックルするときに必要なものとして、勇気と根性を強調することを聞くことがありますが、適当な指導ではありません。ボールを持って走ってくる相手に対して、タックルしようと決断することは必要で、迷いや、尻込みしてはかえって失敗します。平素の身体づくりと、ポイントを押さえてやれば、危険も失敗もありません。練習を十分しないままに、「低く飛び込め」と発破をかけられて、目を開けてしっかり見ないで飛び込むものだから、恐くもあり危険でもあるのです。

AGGRESSIVE TACKLE に対し攻撃的タックルという訳が流布していますが、あいまいであるだけでなく、危険なタックルの原因になっています。aggress 攻勢にでるという意味で、ただ受け止めるタックルではなく、相手の攻撃を食い止め攻勢に転じていくタックルをいうのです。もちろん転化の過程があって初めて可能なことです。参考になる言葉があります。aggressive dog は麻薬探索犬のことですが、問題発見すれば座って告げる犬に対して、引っ掻いたり、噛みついて知らせる犬をいうのです。タックルについての観念が、cease and stop から、aggressive tackle に進化しているのです。

タックルの効果をあげるためと事故防止のため研究しましょう。資料として「THE RUGBY LEAGUE COACHING MANUAL, PHIL LARDER. First Published 1988」の coaching points を中心に引用・紹介して、タックル研究が進められることを期待しています。敢えてラグビーリーグのテキストを選んだのは、ラグビーユニオンのプレーに影響を与えたラグビーリーグの重要なテキストの一つだからです。

タックルの章の項目が6つあり、タックルが4分類と段階的になっています。

項目	分類	内容
1	side tackle	横（斜め）からのタックル
2	rear tackle	後ろからのタックル
3	front tackle	前（正面）からのタックル
4	smother tackle	包み込んでしまう（窒息させてしまう）タックル
5	Practices	略
5	tackling equipment	略

RFU（イングランド協会）の話になりますが、ラグビーの検定試験でのタックルの段階区分は、初級は side tackle で、rear tackle が中級で、上級は front tackle となっています。検定においてもタックルに置ける事故防止の配慮がいろいろとなされました。タックルの基本として、サイドタックルの正しい方法を図示した掲示物（紹介済み）を作成し、徹底を期すという試みもなされました。

さて、指導書にはいりましょう。

## [1] side tackle

The side tackle is the easiest to execute and for this reason should be introduced first.

実行するのに一番容易であるから最初に紹介するべしというのだが、最初はゆっくりと力を入れずに練習することです。

## Coaching points

### 1. Tackle with determination

決意をもってタックルする。迷ってはいけない。

### 2. Keep eyes on the target, the thigh

両眼での即ち大腿部をみる

- 3.The head of the tackler should be behind the ball carrier at all times  
タックラーの頭は常にボールキャリアの背後 at all times いつでも
- 4.The shoulder should make contact and drive powerfully into the target  
肩を密着させ目標に力強く食い込むように
- 5.The arms should strongly encircle the thighs and grip tight  
両腕協力で両太腿に回して太腿を掴み込む
- 6.The tackler should hold the ball carrier until he is well and truly tackled and on the ground  
うまく、十分に真に、確実にタックラーが well and truly にタックルされ地上に倒れるまで捕まえている
- 7.The tackler should finish on top of the ball carrier  
ボールキャリアの上に重なるようにして終わる

## [2] rear tackle

### Coaching points

- 1.Tackle with determination  
Coaching point として一度あげられたものは「同じ」と整理します。
- 2.Keep eyes on the target, the thigh  
同じ
- 3.The head of the tackler should always be to the side of the ball carrier  
頭はボールキャリアの体側 always 常に
- 4.The shoulder should make contact and drive powerfully into the target  
同じ
- 5.The arms should strongly encircle the thighs and grip tight  
同じ
- 6.The arms may then slide down the ball carrier's legs  
両腕は大腿部から脚部へずらす
- 7.The tackler should finish on top of the ball carrier  
同じ

## [ 3 ] front tackle

Tackling head-on is vital to team play.

正面からのタックルは、チームにとって生命即ち勝敗を左右する必要なものです。  
head-on tackle に相手の受け止める感じのものと、更に強力な2種類があります。

- 1.Passive ~ when the tackler uses the body weight of the ball carrier  
受身：ボールをもっている相手の体重を使って倒す
- 2.The blockbuster ~ when the tackler forcefully knocks the ball carrier backwards  
大型高性能爆弾のようにボールをもっている相手に強力で肩を打ち当てる

### • Passive

#### Coaching points

- 1.Keep eyes on the target, the thigh  
同じ
- 2.Position the body so that the head and neck are to the side of the ball carrier  
頭と首がボールキャリアの体側になるように態勢をとる  
相手の下にならないように肩を当てる
- 3.Use the ball carrier's own weight and momentum to make the tackle  
タックルするのにボールキャリアの体重と勢いを使いなさい
- 4.The tackler should block the thighs of the ball carrier with his shoulder  
肩でボールキャリアの大腿部をブロックする（木切れなどで固めること）
- 5.The arms should powerfully encircle the legs and grip tight  
同じ
- 6.The ball carrier should be rolled on to his side  
ボールキャリアがタックラーの横に転がるようにする
- 7.The tackler should finish on top of the tackled player  
同じ

• The blockbuster

Coaching points

- 1.Determination; the shoulder should drive powerfully into the target area with the utmost determination  
最大限の決意をもって 的の部分に食い込むように強力肩を当てる
- 2.Keep eyes on the target, the waist  
両眼は的即ち腰の部分から離さない
- 3.Quickly move forward into position  
早く相手に当たる位置まで前に出ていく
- 4.The head of the tackler should be to the side of the ball carrier  
同じ
- 5.The arms should powerfully encircle the ball carrier below the centre of gravity, this is, below the buttocks, and grip tightly  
両腕で抱え込むのだが重力の中心の下の部分この場合は尻の下の部分。そして固く締めつける
- 6.Drive powerfully with the legs  
両脚で強力に前へ
- 7.Pull and lift with the arms and shoulder  
両腕と肩で引き上げる
- 8.Drive the ball carrier upward and then backward  
ボールキャリアを持ち上げ後ろへ押し倒すように前へ出る力を働かす
- 9.Finish on top of the ball carrier, with the shoulder buried into the target area  
タックラーはボールキャリアの身体の上になるように終わる、肩は的の部分に埋めたまま
- 10.Timing is the key to success  
タイミングが成功の鍵

[4] THE SMOTHER TACKLE

Coaching points

- 1.Tackle with determination  
同じ
- 2.Keep eyes on the target, the player and ball  
的はプレーヤーとボール
- 3.It is important that the coach does not emphasize that the ball is the target even that the ball is the target area, the would-be tackler could be deceived by a dummy pass  
このタックルはボールを smother 即ち包みこみ窒息させてしまおうとするものであるけれども、的はボールであると強調しないことが重要です。もし的部はボールであることを強調するなら、独りよがりのタックラーはダミーパスでだまされて終わらるう
- 4.Move forward into position quickly  
同じ
- 5.Pin the ball between the body of the tackler and the ball carrier  
タックラーとボールキャリアのからだの間にボールがとどまるようにする
- 6.The arms should be powerfully wrapped round the upper part of the ball carrier's body  
両腕はボールキャリアの身体の上体の部分を力を込めて巻き込むようにする
- 7.The arms of the ball carrier must be trapped to his sides  
ボールキャリアの両腕は身体に取りつけられたようにされなければならない
- 8.The ball carrier should be forced to the ground whenever possible  
ボールキャリアーはいつでも、できるだけ、地面に押しつけるように倒す
- 9.Timing is of the utmost importance.  
同じ