

## タックル研究 Part2

### ラグビーは、「立って」プレーする競技

勝つためにということで、地上に転んでいるボールに倒れ込んで抱えている（セービングと誤解している）のや、捕まったら倒れない努力をしないで、ボールを抱えたまま簡単に地上に寝ころび、味方もその上に折り重なって倒れ込んでいく（双方の立っているプレーヤーがいなからラックではありません）のをよく見かけます。ボールを「確保」するために一生懸命やっているのですが、無駄なことであり、プレーとしては誤りです。誤りであることに気付かないでラグビーはこのようにするものという常識が蔓延してしまっています。改めて競技規則を読み直してください。去年東芝が「立って」という、常識を見直すモットーをかかげたことは、賢明なことで、他は範とするべきでしょう。そこで「立って」プレーすることについて重ねて考察しましょう。

「ラグビーは running handling game である」という原点は、ボールを持って・手で扱って（フットボールの流れで時に足で）、走り回りトライをとりあう競技であるということです。そして、立ってそうするのが、一番面白いやり方であり、一番有利な戦い方であるということを示しているのです。立っていることによって、ゲームがスピーディに継続することができるのです。

ラックとモールが導入された時に、それらは継続するためのプレーであるが、前進することに失敗（不可能）のときのプレーでもあるから、そのように復習しなさいという教示が付加されました。残念ながらこの教示は生かされないままに、単なる継続プレーとしての研究がすすみました。BETTER RUGBY の囲み文 Special Note に書かれています。

RUCK and MAUL should be viewed as FAILURES. That is, FAILURES to KEEP THE BALL MOVING FORWARD. TEACHERS/COACHES should always impress on players that if they (the players) can keep the ball moving forward then there is rarely ever any need to create a RUCK or MAUL.

ボールを持って前進していきますと、相手が捕まえにきます。そこで第一の課題は捕まらないうことです。タックルから逃れ、break（壊す）することを考えなければなりません。

ラグビーユニオンに影響を与えたラグビーリーグのテキストから Coaching points を引用し（説明を加えて）研究を進めましょう。

テキスト名: THE RUGBY LEAGUE COACHING MANUAL

著者: PHIL LARDER

Coaching points は、番号がうたれていますが、ピリオッドで切られているものと、切られていないものがあります。後者は一連の項目内容であるということです。

ラグビーが power の時代といわれている今日、flair を強調する指導者がもとめられています。flair についての意識が高まり、ラグビーがスピーディに継続し、最高に楽しいスポーツに進化することが望まれているのです。

[ 方策研究 ] その一 捕まらないために

Evading and breaking a tackle という章でとりあげられています。

evade 逃れる、避ける break 壊す、砕く、扉を壊して開くという意味ですが、タックルを evade したり break するという意識は低く、工夫と努力が不十分であったといわなくてはなりません。

8項目になっています。

- 1.Side-step サイドステップ
- 2.Change of pace チェンジオブペース
- 3.Swerve スワープ
- 4.Dummy pass ダミーパス
- 5.Breaking the tackle タックルを交わす
- 6.Bumping off 突き当たって突き放す
- 7.Hit-and-spin 当たって回す
- 8.Hand-off ハンドオフ

それぞれの指導ポイントとしてあげられているものを確認しましょう。

[1] step

Coaching points

- 1.Run at the defender at speed  
タックラーに向かってスピードをつけて走る
- 2.Either encourage the defender to position himself in anticipation of making a tackle, or if at all possible wrong-foot him  
タックラーがタックルを見越した態勢になることを促すか、できるだけ足の位置が悪い状態になるようにする
- 3.When two to five metres from the defender, drive the toes of either foot powerfully into the ground and thrust off in the other direction  
タックラーから2~5mの地点で片方の足の爪先で地面を強く蹴り、それまでと異なる方向へ身体全体で突進し防御から去るようにする
- 4.Accelerate into the gap and straighten up  
ギャップを見つけコースをまっすぐに立て直して加速する
- 5.The skill should be performed without shortening the stride and at maximum speed.  
技能の要点は、歩幅を短くすることなく、全速力で走ってタックルされること無く走り去ることです。

[2] change of pace

Coaching points

- 1.Be aware of the speed and direction of the would-be tackler.  
ひとりよがりのタックラーのスピードと方向に注意する would-be wise 「利口なつもり」の意味、一人じめしているタックラー
- 2.Slow down slightly, forcing the would-be tackler to alter his positioning and timing.  
少し速度を緩め、ひとりよがりのタックラーに位置どりとタイミングを変えざるをえないようにする
- 3.Suddenly accelerate sharply away.  
突然加速して素早く走り去る
- 4.Concentrate on a high knee lift.  
膝を高くあげて加速することに集中する

[3] swerve

Coaching points

- 1.Change direction round the would-be tackler  
ひとりよがりのタックラーの方へ方向転換する
- 2.The change direction is sudden but not as extreme as the side-step  
方向転換は突発的に、しかしサイドステップほど極端ではなく
- 3.The path of the ball carrier is an arc, away from the defender  
ボールキャリアーのコースは、防御から遠ざかるように弧を描く
- 4.The hips should also move away from the tackler  
腰部がタックラーから遠ざかるようにする
- 5.Balance is most important.  
バランスを失わないことが重要

[4] the dummy pass

Coaching points

- 1.Look at the would-be receiver  
ひとりよがりのレシーバーを見る
- 2.Take the arms back and make as if to execute a pass, perhaps even exaggerate the motion  
両腕はパスをするかのように引いて構える恐らくはパスすることを大げさにしたような形で
- 3.Follow through with the arms  
両腕はパスをするような過程をたどり
- 4.Retain possession.  
ボール所有はそのままに

[5] breaking the tackle

Coaching points

- 1.Run with determination  
決断をして走る
- 2.Hold the ball firmly, using both hands  
両腕でボールをしっかりと抱えている
- 3.Accelerate at the gap  
ギャップのところで加速する
- 4.Brace the body  
全身を緊張（締める）させる
- 5.Hit the would-be tackler with the chest or shoulders  
ひとりよがりのタックラーに胸または肩で当たる
- 6.Have one foot on the ground at the point of impact  
力を入れるポイントで地面に片足をしっかりとふんばる
- 7.Keep the eyes open  
両眼は開けている

[6] bumping off

Coaching points

- 1.Size up the would-be tackler  
ひとりよがりのタックラーの身体の大きさにあわせる
- 2.Run with determination  
決断して走る
- 3.At the correct moment, with full power thrust the shoulders, hip or chest into the would-be tackler  
正確な瞬間に、ひとりよがりのタックラーに、肩、又は腰又は胸で全力で当たる
- 4.Drive the legs, ensuring that one foot is in contact with the ground at the moment of impact.  
片方の足は当たる瞬間に地面についていて突っ張るようにしてから、両脚で前進することに努める

[7] hit-and-spin

Coaching points

- 1.Hold the ball firmly  
ボールをしっかりと抱える
- 2.Take short steps  
歩幅を狭くして
- 3.Pump legs quickly throughout the entire operation  
完全な有効動作により、両脚をポンプのように早く動かす
- 4.When moving to the right, hit with the right shoulder and spin, turning to the left with the back into the tackle, keeping the ball available  
右へ動いている時は、右肩で当り回転に入り、背中で左へ回転していくボールは有効に展開できるように保持している
- 5.Dip the shoulder on the point of impact.  
肩は力点にぐい込むように密着している

[8] hand-off

Coaching points

- 1.Size up the would-be tackler  
ひとりよがりのタックラーの身体に対応する
- 2.Timing is important  
タイミングが重要
- 3.At the correct moment the ball carrier thrusts his arm, open pulm outwards, into the head, chest or shoulder of the would-be tackler  
的確な瞬間に、ボールキャリアーは腕を、手のひらをひらいて、ひとりよがりのタックラーの頭又は胸又は肩を打つように差し出す
- 4.The arm should be bent when contact is made and then immediately straightened.  
腕は接触のときにはまがっているが、当たった瞬間に直ちに伸ばすようにする

さて、次の課題です。

捕まらないことが第一ですが、相手も必死ですからつかまって終わります。

[方策研究] その二 タックルされても・・・

Law 第 15 条の研究することによって解決できます。

タックル成立の定義は明確に把握しておかねばなりません。

15 条-2 タックルが成立しないことを明確にされています。

捕まっても、倒れないように意識して、両足でしっかり踏ん張れば立っていられるものです。そこへ味方が身体を寄せてバインドすれば倒れずにすみます。そのままドライブするか、ボールを手で渡すかして。立ったままのプレーが継続できます。しかし、捕まれば即倒れてラック? という流れができてしまっています。立っていてモールにするべき場合が多いし、その方が有利です。

モールが停止すれば相手ボールスクラムになってしまうシーズンがありました。17 条 6-e モールが一旦停止しても 5 秒以内ならば、再びドライブしてもよいとルールも改正になりました。立ってプレーすることを促しているのです。

モールで押されるとモールを崩す以外に防ぐことができないと考えている人がいますが、モールを故意に崩すことは反則です。16 条 2-e も立ってプレーすることを指示しているのです。

15 条-3 地上に横たわっているプレーヤーの上に倒れていればそのプレーヤーは「地上に倒された」とみなされるのです。ラックの定義を復習しましょう。

「ラックとは、双方の一人またはそれ以上のプレーヤーが立ったまま、身体を密着させて、地上にあるボールの周囲に密集するプレーのことをいう」タックラーとタックルされたプレーヤーが地上によこたわっていて、その上に一人又は数人のプレーヤーが倒れている状態をラックと見なされていることがあります。間違いです。手放されたボールをハーフバックが拾い上げ展開していくこと自体は問題ありませんが、「ラックにして継続する」とはいえないのです。そうなるも仕方がない経過もありますが、常に最も良いプレーとはいえないのです。

15 条-6 タックルされたプレーヤーがすべきこと（できること）があります。

6-a 「タックルされたプレーヤーは、ボールの上に、ボールをおおって、またはボールに近接して横たわって、相手側がボールを獲得するのをさまたげてはならないし、プレーの継続のため、ただちにボールをプレーできるようにしなければならない」

文章の意味はわかって、捕まって倒されたら、不利になる可能性が多いから放さないし、身体で抱え込むようにするのは。味方のサポートが無い遅れた場合の不利をルール違反で逃げようとしてはいけません。この項は立つこと以前の問題です。

6-b 「タックルされたプレーヤーは直ちに(immediately) ボールをパスするか、ボールを手放さなければならない。さらにそのプレーヤーは直ちに(immediately) 立ち上がるか、ボールからはなれなければならない」

immediately 直ちには、何も間にする事無しにという意味での直ちにです。タックル成立の瞬間ということではありません。味方のサポーターを見て的確にパスをする猶予があります。不十分な第一サポーターを見送って、有効な第二サポーターにパスをする時間的余裕も常識的(reasonable)にゆるされています。そのような感覚と意識がないままに、捕まれば倒れて、その上に重なって倒れるというパターンが一般的になってしまっています。例え倒れてしまってもルール通りにパスすれば、立っている間にパスしたのと殆ど同じ流れで展開することができます。一旦横たわって、ボールを置き、それから拾うという過程では、最低 3 秒遅くなり、その差は非常におおきいもので、スピードと展開の結果に違いがでできます。

6-c 「タックルされたプレーヤーはボールをいずれかの方向に置くことによってボールを手放すことができる。ただし動作は直ちに行わなければならない」

身体と味方ゴールラインの間ということはないのです。相手のゴールの側でも、頭の上の地上でもよいのです。ボールの手放し位(方向)次第で、相手のいない状態ではサポーターは直ちにボールを拾って前進したり、ドリブルで前進することが容易です。置いて、拾って、後ろへパスをいかに早くしても、1 秒は早くなり、立ってプレーする状態に早く戻すことになりません。

6-d「タックルされたプレーヤーは地上でいずれか方向にボールを押し進めること（前方ではなく）によってボールを手放すことができる。ただし動作は直ちに行わなくてはならない」  
身体から離すようにボールを動かしてもよいのです。身体に近接しているボールはプレーしにくいのです。ボールを身体から離すと拾いやすくなります。地上に横たわったままでボールを動かしてもよい大改革です。こうすることによって立った状態に早く確実に戻すこととなります。

6-e「立っている相手プレーヤーがボールをプレーしようとする場合、タックルされたプレーヤーはボールを放さなければならない」

立っている相手プレーヤーのプレーを保証しているのです。立っているプレーヤーは先にボールを奪い取りにいけばよいのです。

第2部のまとめをしましょう。「立って」ということの意味が理解できたら実行です。

タックルした人も、タックルされた人も、サポーター（フォローしている人がいなければ不利になることがありますので実行しにくい）も、発想を豊にして、ルールを正しくまもったらそんなに難しいことはありません。ちょっと意識すればスピーディで継続する15人全員ラグビーになるのです。そうなればラグビーがもっと楽しい競技になります。

2004.05.15  
西川 義行