

RUGBY 復習シリーズ

(Craven rugby handbook より)

10. The practice programme and Revier

練習日程について

ラグビー分析に始まりプレーとプレーヤーの分析と進み、色々な方策がまとめられました。そして練習の方法が論じられ最後に対策推進のための日程です。まず原文を通読しましょう。

原文	訳文
Provision is made in a practice programme for physical exercises, all types of skill exercises, and for practice matches. Not one of these or their sub-sections should be omitted or neglected. Progress in one of these exercises will indicate if the players are ready for the next exercise. A roster should be used for this purpose. Players must be afforded time to practise one exercise after the other until they are match-fit. All the exercises, however, should be included, i.e. physical exercises, skill exercises, and practice matches.	準備は身体鍛錬や skill 練習の全ての形で、それは身体強化と練習ゲームのための練習プログラムの中で行われます。それらの中の一つや細かい部分の一つでも削除したり無視したりしてはいけません。一つの練習に進歩が見られたらそれは次の練習の準備が出来たということです。実習名簿はこの目的に使われるべきです。プレーヤーはゲームをしてもよい状態になるまで一つの練習を終え、もう一つの練習をする時間の余裕があるべきです。しかも全ての練習に身体訓練、skill 練習、練習ゲームが含まれるべきです。

ダニー・クレイブ著「Craven rugby handbook」より

考 察

練習の第一段階としての準備は全ての skill と全ての型についてのものを計画的になされるべきで、一つの進歩が見られてから次に進むべきであり、即ちそれは、中間を略したり中途半端にしたりしてはいけないことです。それには時間の余裕を持って行き、反対的な言い方をすれば十分な時間をかけさせらないことが大切です。実習名簿は活用してこそ価値があるのです。使い方を誤らないことです。プログラムの良し悪しは結果を大きく左右するのです。provision (準備・貯蔵品) という言葉に注意しましょう。

RFU 発行の“A guide for coaches”「Rugby Football Union Coaching pamphlets」の Organisation Practice sessions に準備が第一であり最も重要と説いています (下記資料の下から二段目の太字)。

<p>The first and most important principle is "PREPARATION", but perhaps this is the most neglected aspect of a club practice evening and it is often the state of unreadiness which causes club practice sessions to fail. Planning is a "must" and of course it goes far beyond the work which is done during the session. It includes items such as notifying players of the practice arrangements, laying on showers, even the unlocking of gates and changing rooms, etc. However, its main effect will be seen in the organisation of the evening and the level of work attempted; without it there can be no progress: with it comes the confidence of all those taking part.</p> <p>The general theme of any scheme of coaching in Rugby Football should be :</p> <p style="text-align: center;">ACTIVITY - ENJOYMENT - PURPOSE</p> <p>Any good session will have a balance of these three factors.</p>

RFU 発行“A guide for coaches”より

〔ACTIVITY - ENJOYMENT - PURPOSE〕 三つの言葉の意味と目指す中味を改めて注目しなければなりません。そして最後に三つの factor の balance がとれていることが大切であると説いています。先の章にも出ていたが practice sessions の目的として四つの factor (KILL, SPEED, STRENGTH, STAMINA) を明示しています (下記資料参照)。練習プログラムの本は数多く色々細かく書かれていますが、自分らに合ったものを「楽しんでやること」が重要です。

OBJECTS OF THE PRACTICE SESSION

In the overall plan some thought must be given to the form the coaching session might take. Assuming that it is a club practice evening, how best should the available time be allocated? There are four factors which the coach will try to influence; they are **SKILL, SPEED, STRENGTH** and **STAMINA**. These are very largely inter-related and concentration on one will often produce an improvement in another. It could be argued that fitness is the concern of the individual and that time which can be devoted to the team should not be wasted on matters which are the responsibility of the individual. However, fitness is one of the game's pre-requisites and it can be improved when practising skills and tactics. A great deal can be achieved in a comparatively short period of time and players need to be introduced to effective methods.

RFU 発行 "A guide for coaches" より

positive effective (積極的・効果的) Rugby を目指して下記の資料を元に少し考えてみましょう。

Having stated then, that playing positive effective football is part of our philosophy, I try to define "positive" and "effective" so that there is no doubt about what our aim is. Positiveness is causing things to happen. A team can be positive in attack; it tries to create situations and capitalise on them. Equally it can be positive in defence; by putting the opposition under pressure it can cause them to make mistakes. The negative way is to wait for things to happen. This approach is identified with the side which lives like a parasite on the mistakes of others. Such an approach can produce a limited amount of success, but problems arise when this kind of side meets a team whose mistakes are minimal.

Effective football really means playing the game in your opponents' part of the field and not in your own. Open football, 15-man football, is so often misinterpreted. To many people it means throwing the ball about with gay abandon. This is a total misconception. A team must learn to be effective, and in order to do so players need to use their total range of skills which often means kicking as well as passing. Open football which is ineffective is bad football, and every player in a team must be made aware of this fact.

RFU 発行 "A guide for coaches" より

それらは Psychology (心理学) の分野です。積極性は偶然起きるかもしれない事を引き起こしてきます。攻撃で positive であると同様に、防御でも positive である事を述べています。相手のミスを誘うことを大きく取り上げています。効果的でない open football を bad football であるという説をどう考えるか議論することも有意義です。

シリーズ総括

シリーズの一区切りまでできました。更に各プレー各ポジションへと続くわけですが、一旦これまでの事について総括をしておきたいと思います。

今回はラグビー構造図に始まって色々と復習することが出来ました。理屈ばかり言っているのは嫌われ不言実行が称されがちですが、理論を言うための知識が無いために短絡的行動に走ってしまっている場合が多々あることも事実です。

若者を体育会系と文化部系に分けて言う場合、体育会系はスポーツ好きで身体能力が普通以上で活動的であり不言実行型で上からの言いつけには従順に従う性格を指します。どちらかというとな楽観的特性は同時に熟慮することなく上の人や親しい人の意見に同調し、集団として活動することを当然のことと好み、雰囲気に乗れやすく自己の制御が効かなくなることがあります。それらは熟慮習慣が身に付いていないこともよくある事だが、一般的には、智識と思考能力が文化部系に比べて劣るからという現実が見えてきます。身体を動かす方が先でよく考える習慣が付いていない上に、それを嫌うところがあり「スポーツ馬鹿」という恥ずかしい言葉まで使われるようになってしまうのです。私も永年スポーツに関わってきてその傾向を認識せざるを得ないと思っていますが Danie Craven の本書はラグビーを分析して考えるよい機会を与えてくれました。シリーズの最初の建造物の絵図を改めて見直しましょう。分析のまとめとしての準備のプログラムは土台から屋根まで全体の充実・発展を目指して確立しています。絵図に示されている構造図の中での位置や呼び方の一つ一つに託されている意味をしっかり理解しなければなりません。絵図はラグビーを総体的に把握し identity を形象化して全体像を描き出して望ましい理想像を暗示しています。挙げられた理想に向う指針を導き出すことが分析の目的であり意図であると考えます。物質を分析することによって identity が明確に理解出来るのです。太陽の白色光は七色の光が合成されています。プリズムを通せば鮮やかに分かれて見られます。空に輝く虹は光の屈折によるものです。構造図のごとく七本の柱で成り立っているラグビーをもう一度見直すためにラグビー分析の大切さを痛感しています。

以上

あとがき

1960年代日本が輸入した現代ラグビーは、それまでとは大きく異なる全く新しいものでした。個々のプレーはそれぞれに取り入れられましたがRFU発行の指導書を翻訳し伝達することが一番重要な仕事となりました。1965年の夏から星名泰先生をリーダーとするグループが翻訳に取り組みました。書物は次の五冊で1966年12月30日に発行されました。

- ・ The Guide for Coaches
- ・ Why the whistle went
- ・ Basic skills in Rugby Football
- ・ Coaching Rugby Footballers
- ・ The Art of Refereeing

続いてBETTER RUGBY日本語訳版が1975年に発行されました。その他本稿で引用させてもらったようなRFU始め個人的にも多くの指導書が発行されました。

以上のように「新しいラグビー」の採り入れに全力を注入されましたがそれらの伝達が不十分で広く消化吸収されなかったのは残念なことです。Danie Cravenのhandbookの研究は復習のよい機会を与えてくれました。更にポジション別プレーヤーや個々のプレーについての復習を進めていきたいと思っています。

2013/12/15
西川 義行