

ミニ・ラグビーについて

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 秦, 修司 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/23521

ミニ・ラグビーについて

秦 修 司

はじめに

ラグビーフットボール（以下、ラグビー）はボールを支配しているチームが相手のゴールラインを越してボールを持ち込んで地面につけることを目的にしている。ボールはプレイヤーによって持ち運ばれるか、パスかキックによって前方に進められる。相手側はボールを持っているプレイヤーをタックルするか、一般プレイでボールをインターセプトするかによって、ボールを支配しているチームが得点するのを阻止することができる。反則が生ずるのは必至であるが、プレイ継続のために、そして反則が生じたあとその責任のないチームが利益を得なかった場合におけるゲーム再開のために特別の処置がなされてきた。

ラグビーではプレイヤーはタックルされるまでプレイを続けることが許されているので、運動に継続性を持たせるための多くの機会がある。ペナライズされる重大な反則がなければ、必ずボールを持っているチーム（反則を犯していないチーム）が有利になるという保証はない。一般プレイ中に、ボールを持っているプレイヤーがタックルされ、そのあと軽い反則の場合、両チームによって、ボールを獲得するための mini-competition が行われる。これらの状況ではボールを支配するチーム、つまり反則の責任のないチームが若干有利ではあるが、それによってボールが自動的にそのチームのものになるとは限らない。mini-competition と継続性というラグビー特有の性格からしてあまりセット・プレイが生起しないので、個々のプレイ

ヤーが自分自身で意志決定をしなければならない機会が多い。すべてのプレイヤーに、ボールを受けたり、ボールを持って走ったり、ボールをパスしたり、相手をタックルしたり、得点することが許されている。

I ラグビーの改訂化

ラグビーの基本的なテクニックやスキルを習得したら、次の段階としてゲーム形式の練習を導入することが適切であるが、ゲーム形式であるからといって、直接15人制のラグビーに発展させるのは適切でない。15人制のラグビーは初心者にとって複雑すぎるが、これは子供でも成人でも同じである。15人制のラグビーに要求される諸々のスキルや難解なルールは初心者にとって負担が大き過ぎる。30人のプレイヤーが1個のボールを追いかけてもボールにさわるチャンスはほとんどないので、個々のプレイヤーのスキルを向上させる機会というのは期待できない。

考えられる解決策として、両チームの人数を減らしてスキルの面でも規則の面でもプレイヤーにかかる負担を軽減していくことがあげられる。イングランドとウェールズのラグビーフットボール協会はミニ・ラグビーを考案したが、これは子供の欲求や能力にあうように考えられたラグビーゲームの改訂版である。主として、小学生（12歳以下）の少年たちのために考案されたゲームであるが、実際には年齢に関係なく初心者すべてが楽しむことのできるゲームである。

改訂として、プレイヤーの数の減少、ゲーム時間の短縮、ボールとゴールの小型化、プレイング・エリアの縮小。そしてラインアウトの省略があげられる。

ラインアウトの例外を除けば、ミニ・ラグビーには公式のゲームのすべての要素とスキルが含まれている。加えて、ラグビーの4つの基本理念、つまり、前進 (go forward)、支援 (support)、継続 (continuity)、そして圧力 (pressure) が適用される。前進、支援、継続、圧力の4つの基本理念については、ベターラグビーで次のように述べられている。つまり、

1 前進 Go forward

これはチーム全員が常に心がけなければならないことである。ボールをとり合うスクラム、ラインアウト、ラック、モール等で少しでも前に出ることを忘れてはならない。前に出ることが相手を後退させることになるのである。

2 支援 Support

1人のプレイヤーのことを考えるならば、80分のゲーム中ボールを持っているのは長くても1分もない。79分は支援プレイであるから、支援プレイこそ大切なのである。スクラムにおける支援とは、全員が一体となって押すことである。ボールを持っている者を1人でも多く支援しなくてはならない。ボールを持っている者は支援を受けやすいプレイをしなくてはならない。作戦的に支援プレイをしてゲームで優位に立つようにすることも大切である。

3 継続 Continuity

「前進——支援」の行程を続けると相手は混乱する。「前進——支援」が継続できれば、次は相手の弱点をみぬき、そこを突いたり、攻撃に変化をもたせて、ボールのまわりに人数的に、相手より多く支援することが、継続するための条件である。

4 圧力 Pressure

勝つためにはできるだけボールをとって相手を攻めつける、即ち圧力をかけることであ

る。相手がボールをとった時には、適切に処理する時間と空間の余裕を与えない、即ち圧力をかけることである。圧力をかけて相手のミスを誘うことである。圧力をかけるには、まずよいタックルをすることである。こちらが圧力をかければ、相手も圧力をかけてくるであろう。相手の圧力に屈しては勝てない。

ミニ・ラグビーはプレイヤーの数を最大にし、活動の水準を増大するためにラグビーゲームを効果的に簡易化したものである。ミニ・ラグビーは特に、14歳のプレイヤーに推奨されるが、プレイヤーをラグビーゲームに導入する場合、すべての年代のプレイヤーにミニ・ラグビーを用いれば、好成果を取めると考えられる。体育の授業では、特に「4-man」のラインアウトを年長者のグループにとり入れるならば、ミニ・ラグビー以上のものをする必要はない。ミニ・ラグビーはスキル、スリルに富んだ素晴らしいゲームであり、理想的な校内スポーツであると考えられる。

II ミニ・ラグビーの規則

イングランド、ウェールズ、スコットランド、アイルランド、フランス、ニュージーランド、南アフリカ、オーストラリアの8ヶ国のラグビー協会によって構成されるインターナショナル・ラグビーボードによる公式のラグビーの定義や規則が、ほとんどの例外なくミニ・ラグビーに適用される。ミニ・ラグビーの公式の規則はイングランドとウェールズのラグビー協会によって制定された。

1 チーム

1チームは、5名のバックと4名のフォワードの9名のプレイヤーで構成される。図1はミニ・スクラムを示したものであり、矢印は押しの方向を示している。図2はfoot positionと3つのチャンネルを示したものである。スクラムはフロントロー2名、セカンドロー2名で形成される。セカンドローの1人がNo.8であ

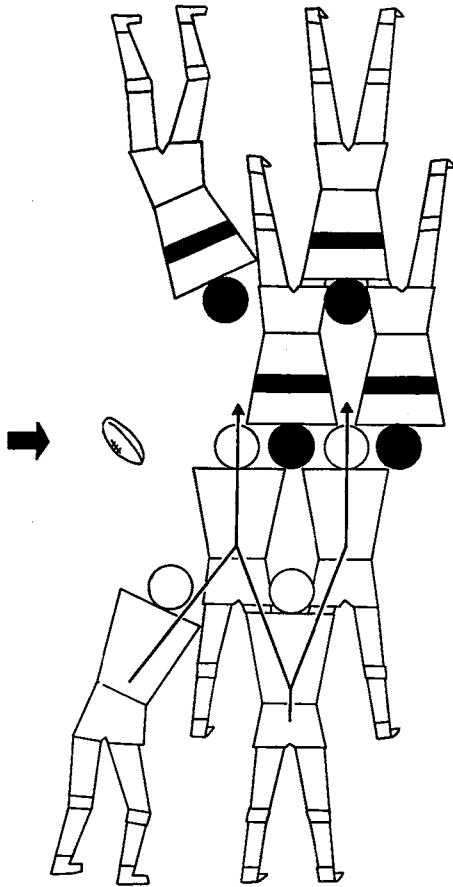


Fig. 1. A mini-scrum with four forwards on each side.

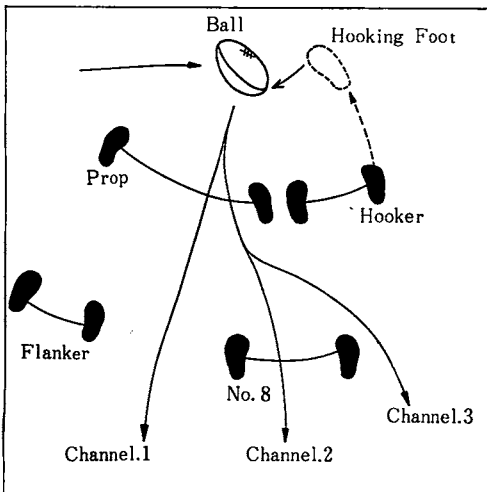


Fig. 2. Foot positions and three channels.

り、他の1人はフランカーとして常にボールを入れる側をバインドする。4人のフォワードは8人のフォワードの半分であるが、機能は同じで、しかも無駄のないぎりぎりの人数である。サポート・プレイを上達させ、継続していくためにスクラムを5人で組むのは適切でない。ロックが2人になってフッカーを押すと、3-4-1のフォーメーションのスクラムでは要求されない習慣がついてしまう。

図3はバックスのプレイヤーのフィールド上におけるポジションを示したものであるが、バ

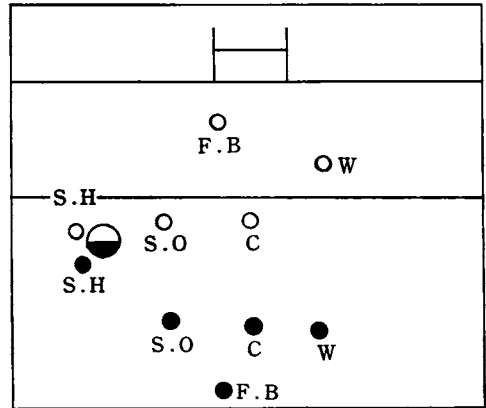


Fig. 3. Field positions for backfield players. Black attacking.

ックスは、スクラムハーフ、スタンドオフ、センター、ウイング、フルバックの5人で構成する。ウイングを2人にするよりも、ウイングとフルバックにする方が適切であると考えられる。今日、フルバックは攻撃的なバックプレイの中心となるポジションであることをできるだけ早い時期に理解することが重要であるからである。今一つは、センター、ウイングは展開のサイドによって交互にプレイできるようにする。例えば、右側に展開するときのウイングは左に展開するときセンターとなり、センターは左ウイングを務める。

通常、プレイヤーは2名まで、レフリーの許可があれば、ゲーム中に交代できる。交代したプレイヤーは再びゲームに参加することはできない。

2 グラウンド

10歳以下の少年は縦58m, 横28mのフィールドで, デッドボールラインはゴールラインから少なくとも5mにして, プレイするのが適当である。14歳以下の少年は縦68m, 横36mのフィールドで, デッドボールラインはゴールラインから少なくとも5mにして, プレイするのが適当である。図3で示したのがミニ・ラグビー用のグラウンドである。縦68m, 横36m, 9人制としては, 十分な広さである。それにこの大きさであると, 普通の15人制のグラウンドを利用することができる。図4で示すように, 正規のグラウンドのハーフウェイラインと22mラインとで

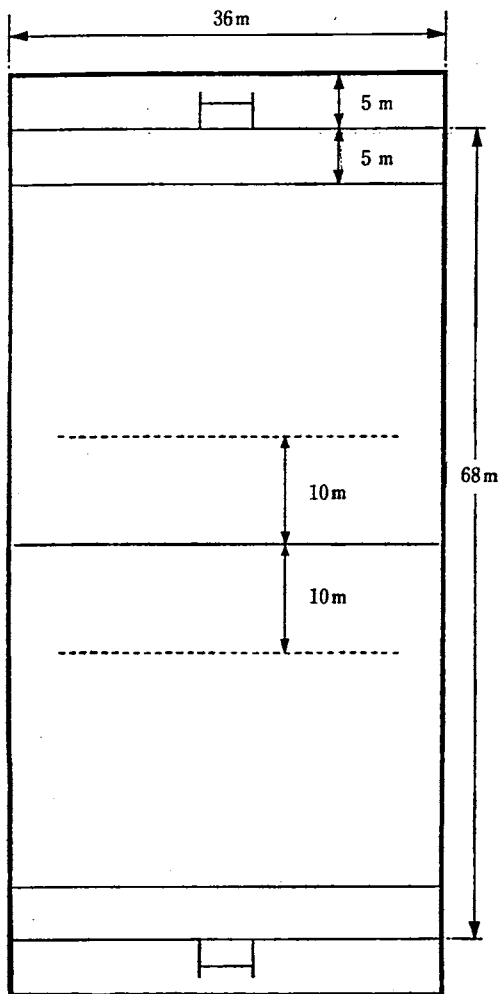


Fig. 4. A purpose-marked Mini-Rugby pitch.

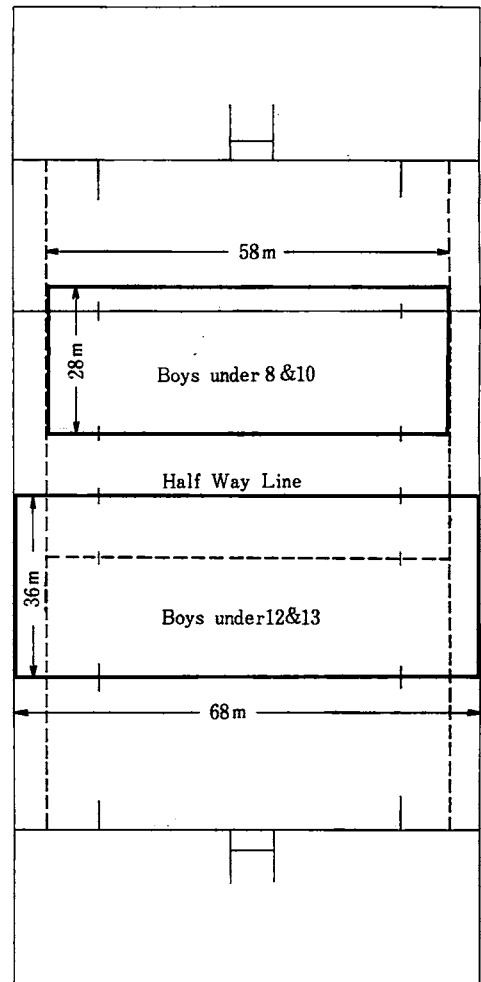


Fig. 5. A Mini-Rugby pitch marked out on a senior pitch.

囲まれた部分を利用すると縦68m, 横28mのグラウンドが得られる。横幅が狭くなるが, これはプレイヤーの横走りを防ぐ上でも適切である。正規のグラウンドの半分をそのまま利用することも考えられるが, 幅が広すぎて, 横走りを助長にすることになるので適当でない。正規のグラウンドの5mラインはそのまま22mラインとしても利用することができる。デッドボールラインはゴールラインから5m後方が適当である。

3 競技規則

競技規則について簡潔に述べると次のとおり

である。

- (1) キックオフはフィールドの中央から行われドロップアウトは5 mライン上で行われる。8歳以下の少年にはパントキックを認める。
- (2) ラインアウトは省く。タッチラインから10 mの位置でスクラムを組む。
- (3) スクラムハーフはボールがスクラムからパスアウトされるまで、相手のスクラムハーフを潰すことができない。このように修正することによって、バックプレイを向上させることができる。
- (4) ペナルティゴールを狙うことは認められず、タックペナルティにとって代わる。すべてのペナルティでは、相手は少なくとも反則の地点から少なくとも7 m後退すべきである。
- (5) トライ後のコンバートはポストの正面から行うか、ゲームから完全に省くことができる。

Ⅲ ラグビーのスキルの向上

ミニ・ラグビーのスキルを段階的に導入していき、プレイヤーの喜びや安全性を高めていくことが重要である。段階的發展には、入念な練習、小ゲーム、そしてリードアップゲームが含まれる。ラグビーのスキルの向上のために、グリッドとチャンネル方式が効果的に利用されてきた。次項では、グリッドとチャンネル方式を利用して、どのようにしてパスのスキルを教えるかを示しながら、このティーチング・スタイルについて考察している。

Ⅳ グリッド方式

グリッド方式とは正規のプレイング・エリアをラインで10メートル四方か10×12 mの長方形の格子状に区切る組織技術である。

グリッド方式は単にグラウンドを格子状に区切ることだけではない。多くのプレイヤーに最大の活動を保障するために小さな集団に分け、各集団に格子状区画を与えることによって練習

を効果的に行う方法である。

グリッド方式についてラグビーポストに次のように、つまり、休むことを知らない24人の若者に、2人対2人の練習をさせようという場合、4人ずつ6つのグループに分けて自由勝手にさせたらどうなるだろう。衝突と、けんかが起り、紛糾して、目的とした練習内容は地獄に行ってしまうだろう。何故か？各グループにそれぞれ活動地域を与えなかったからである。グリッド方式はこの問題を打開するために工夫されたものであると掲載されている。

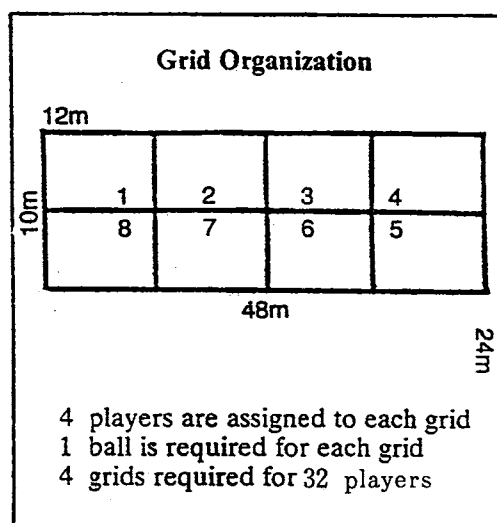


Fig. 5. Grid Organization

各々のグリッドの中に、2～4名のプレイヤーが入り、そこで練習するか、特別なスキルを強調した練習を行うように工夫されたゲームを行う。グリッドでスキルを向上させることによって、プレイヤー個々人の運動量が増大し、大集団をコントロールすることができる。

パスのスキルの練習では、プレイヤーは相手をつけずに2人で基本的なテクニックの練習を行う。相手を1人つけることによって、ボールを持っているプレイヤーはパートナーにいつパスをするかについての決定をしなければならないようにさせる。パスのスキルは、最終的には、相手を2人つけて(2対2)、遂行されるが、それによって「man-around(くさり)」や

「スイッチ」プレイのような攻撃技術が向上する。タックルが完全に習得されるまで、相手は「タッチ」か「フラッグ」の防御システムにとどめておくべきである。グリッドによって、プレイヤーのスピードを制限するので、タックルのテクニックやスキルを向上させる上で安全、かつ効果的である。

グリッド方式はプレイヤーに最大の運動量をさせるのが目的であるとともに、四つのゲームの基本をその練習の中で十分に習得させようとしたものである。この点についてベターラグビーで次のように述べられている。すなわち、

1 前進 (go forward) について

区画の周囲の線はプレイを閉じ込めてしまうものでなく、いろいろな意味を持たせるようにする。前方の線は前へ出るために必要な目標（ゴールライン）となる。ティーチングとコーチングの第一歩は、適切な場を設定することである。前の線は前へ出る時によりコースを走らせるために必要である。区画内に限ることによって、コンタクトの練習の設定が容易になる。

2 支援 (support) について

グラウンドが広すぎるとサポートの練習を数多くできない。ラグビーは15人という多人数で行う競技であるが、15人が支援し合って初めて15人のラグビーになる。ボールを前へ投げてもよい競技がサポートの要領を教えるのに有効なことがある。サポートとは単にボールを持っているプレイヤーにフォローすることだけではない。ボールを持っている相手を捕えた味方を助けたり、ボールを持って捕った味方を支援してモールを作るのも重要である。ラグビーは、サポートゲームであると言ってもよい。平素の練習でもっとサポートの練習をすべきである。グラウンドを適当な大きさに区切ったグリッド方式はサポートの練習を多くするため方法ということが出来る。

3 継続 (Continuity) について

いろいろな個人技とコンタクトとサポート

によってラグビーはできているが、ゲームが続かないと面白くない。プレイを継続することがラグビーを楽しむ条件であり、相手に勝つ方法である。個人技は継続のためであると言われる。プレイを継続させるためには、走力も必要であるが、ボールを手で扱う器用さも欠くことはできない。グリッド方式を活用して、器用さと反応性を養ってゲームを継続するように努力して欲しい。細切れの練習をしては本当に楽しいラグビーはできない。30人が一体となってプレイを継続し、流動的に展開される時、ラグビーの楽しさは最高のものになるのである。例えば、横の線をタッチラインと設定し、タッチのときはクイックスローイという規則にしておけば、一段と途切れることなく継続できる。

4 圧力 (Pressure) について

練習について一通り考えてきたが、一貫して重要なことは、プレッシャーがかかっているということである。常に、相手にプレッシャーをかけられた状態で練習し、又、相手にプレッシャーをかけることを忘れてはならない。グリッド方式は適切な区画を設定することによって、プレッシャーに耐えて尚且つプレイのパターンを完遂できるプレイヤーを養わなければならない。

図7と図8は実際にグリッド方式を利用してどのようにしてパスのスキルを教えるかについて具体的に示したものである。

図7はラテラルパスの展開を示したものである。

- (1) X1はグリッドを横切ってX3にパスをする。ターンして、スタート地点までパスをして戻る。X2はX4と組んでやる。
- (2) X1はY1に近づいてX2にパスにする。ターンして、X2がY2に近づいてパスをする。Y1とY2は立ったままである。
- (3) (2)と同じであるが、Y1とY2はX1と

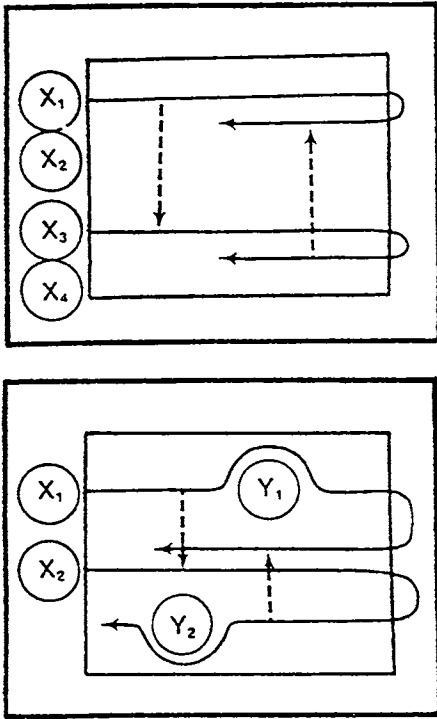
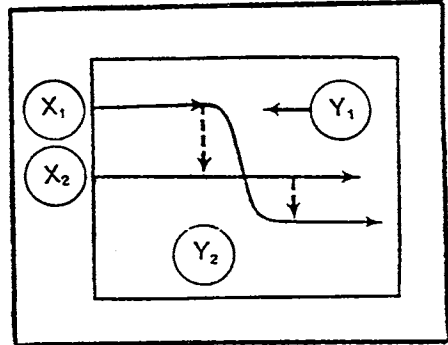


Fig. 7. Development of Lateral Passing
(draw a man and pass).

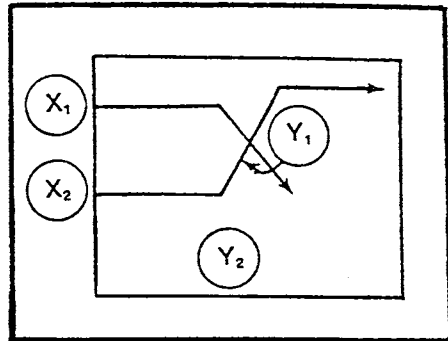
- X2 に向かって動いていくことができる。
- (4) (2)と同じであるが、X1とX2は相手にプレッシャー（つまり、タッチ、インターセプト、又はタックル）をかけることができるY1に対抗して、得点をあげようと試みる。
 - (5) Y1とY2は互いにX1とX2に対してディフェンスする。攻撃側に有利になるようにする。例えば、得点するか、プレイが中断したら、ディフェンス側をディフェンスライン A/B まで走って戻らさせ、地面にタッチしてから再びプレイに復帰させるようにする。X1とX2は準備が整い次第、C/Dのラインから攻撃を始めてよい。次の試技では C/D はディフェンスラインで、X1とX2は A/B のラインから始めなければならない。

図8は man around (くさり), スイッチ又

1. Man Around



2. The Switch (scissors)



3. Quick Transfer

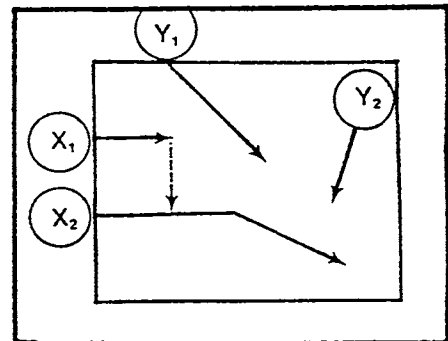
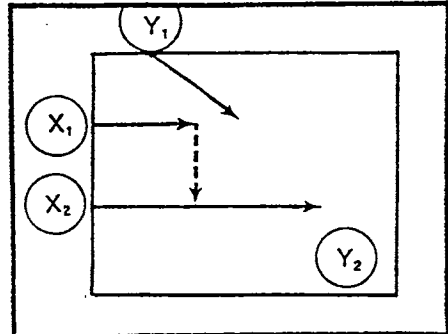


Fig. 8. Development of Attacking Skills
(man around; Switch or scissors;
quick transfer).

はシザーズ、クイックパスの攻撃技術の展開を示したものである。

- (1) X1はY1に近づくとX2にパスをして、X2の後方にまわり込んで、リターンパスを受ける。帰りはX2対Y2でその練習を繰返す(図8-1)
- (2) X1はY1に近づいて、斜めに切れ込んでいく。X2はX1の後方を切れ込んでいき、X1からボールを受ける。帰りは、Y2を相手にその練習を繰返す。二、三度練習したら、ボールを持っているプレイヤーはボールをパスせずに保持しておくような選択をとってよい(ダミースイッチ)。(図8-2)

man around(くくり)、とスイッチプレイの両方では、図7で示されているラテラルパスの展開と同じ方法で相手をつけずにスキルの向上をはかることができる。

- (3) 図8-2で示されてあるディフェンスを利用して、X1とX2はY1とY2のディフェンスを抜くテクニックを活用することができる。
- (4) Y1とY2は互いに協力して、攻撃を防ぐことができる。その状況を図8-3のようにするか又は、X1とX2が攻撃を開始するまで、Y2をグリッドのサイドに位置させ、何もプレイできないようにすることによって、攻撃側が有利になるように操作することができる。
- (5) X1はY1に追いかけれられながら、X2にパスをする。X2は走って得点する。帰りはY2がディフェンスのプレイヤーとなる(図8-3)。
- (6) Y1はX1とX2を捕えるようにディフェンスする。Y2はX1がX2にパスしたら、ディフェンスに参加することができる。

五回か六回練習したら、ボールを持つプレイ

ヤーとディフェンスの役割を交代する。

まとめ

体育のプログラムにおいて、ラグビーは素晴らしい運動種目である。ラグビーにはランニング、ボールハンドリング、キックそしてタックル等の基本的なスキルが含まれている。ミニ・ラグビーのゲームは規則を改訂し、1チームあたりのプレイヤーの数を減らすことによって、プレイヤーの活動や参加を最大にする。一方、公式のゲームの基礎的なスキルや概念は残している。しかしながら、ミニ・ラグビーをたんなるリードアップゲームとみなすべきでない。ミニ・ラグビーのスキルは、小さな集団の状況をとった練習や活動によって、段階的に教え込まなければならない。——特にグリッドやチャンネル方式のティ칭ングシステムは効果的である。ミニ・ラグビーは段階的に教えていくことによって、プレイヤーの活動を最大にし、体育のプログラムに楽しさを加えることができる。

参考文献・引用文献

- 1) Williams, R. Rugby for beginners: including mini-rugby, Souvenior Press, 1973
- 2) Wilkinson, J. Rugby—The new kid on the block. JOPER. Jan. 1979. pp. 47-48
- 3) The Rugby Football Union, Better rugby. Walker & Co. 1975.
- 4) 星名 泰「Better Rugby Note (1)」, Rugby Football, vol. 25-4, pp. 34-35, 1976.
- 5) 星名 泰「Better Rugby Note (2)」, Rugby Football, vol. 25-5, pp. 36-37, 1976.
- 6) 星名 泰「Better Rugby Note (3)」, Rugby Football, vol. 25-6, pp. 20-21, 1976.
- 7) 糸居一郎, 「ミニ・ラグビーのすすめ」, Rugby Football, vol. 23-4 p. 34, 1974.