

スポーツ戦術プロジェクト研究会報告 2018

小西康仁*¹・小澤 翔*²・栗山雅倫*²・花岡美智子*²

嘉数陽介*³・中山忠勝*¹・植村隆志*²・米津貴久*⁴

小山孟志*⁵・今川正浩*²・藤井壮浩*²・八百和則*²

An activity report of Sports tactics project 2018

by

Yasuhito Konishi, Sho Ozawa, Masamichi Kuriyama, Michiko Hanaoka, Yosuke Kakazu, Tadakatsu Nakayama, Takashi Uemura, Takahisa Yonezu, Takeshi Koyama, Masahiro Imagawa, Masahiro Fujii and Kazunori Yao

Abstract

As reported in the Bulletin School of Physical Education 2012, Sports Tactics Project has been held by instructors of the department of Competitive Sports and other motivated instructors since 2004. The purpose of the project is to discuss coaching methods from different perspectives and to correct knowledge of sport tactical matters by exchanging opinions among project members. The following is a report of the project activities in the spring of 2018.

I. はじめに

2004年、東海大学体育学部競技スポーツ学科の教員を中心に戦術をキーワードとする「スポーツ戦術プロジェクト研究会」は発足された。この研究会では、戦術の話題もさることながら、チーム

の運営、コーチングの詳細に至るまで、様々な切り口で意見交換がなされてきた。

以下に、2018年度春学期の発表内容を示した。

II. 発表内容概要

*1 東海大学体育学部非常勤 *2 東海大学体育学部競技スポーツ学科 *3 公益財団法人日本ハンドボール協会

*4 早稲田大学スポーツ科学研究センター *5 東海大学スポーツ医科学研究所

1. 2018 年度春学期の取り組み

小澤 翔

1) はじめに

バレーボール競技は、ネットを介した相手との攻防を競り合う競技であることから、身長の高い選手あるいは跳躍直能力に優れた選手ほど得点もしくは防御の潜在性を兼ね備えている可能性があると考えられている。本学男子バレーボール部においては1984年より、高身長選手の育成及び試合での起用に力を入れてきた。

その中で、2018年度春季リーグ戦に向けて実施した取り組み、結果を報告する。

2) メンバー構成

(1) 2017 年度 平均身長 190.1 cm

WS : 201.0 cm, 181.0 cm

MB : 201.0 cm, 191.0 cm

S : 179.0 cm

OP : 188.0 cm

2017年度は、身長 200.0 cm を超える選手が 2 名いたため、平均身長は 190.1 cm と大学バレーボール界においてトップクラスのメンバー構成を整えることが出来た。

(2) 2018 年度 平均身長 188.8 cm

WS : 188.0 cm, 180.0 cm

MB : 196.0 cm, 190.0 cm

S : 191.0 cm

OP : 188.0 cm

2018年度においては平均身長が 188.8 cm と昨年よりも低くなっているが、セッターを 191.0 cm の選手を起用することによって、全体的なばらつきはなくなった。大学界では高身長 of 選手を起用できるため、サーブとブロックで戦うパワーバレーを展開していきたい。

3) 結果

2018年度春季リーグは 5 勝 6 敗で最終順位は 12 チーム中 7 位という成績であった。

4) 春季リーグを終えて

今リーグの特徴は以下の通りである。

(1) サーブ

・ポイント率は 4% と他大学に比べ高い数値であった。

・効果率は 25% と他大学に比べ低い結果となった。

➢サーブポイントは随所に出ているが、相手を崩す効果的なサーブを打てていない。

➢ジャンプサーブはミスを減らし、効果的な戦術サーブを取り入れる。

(2) ブロック

・1セット平均 1.90 本と 12 チーム中 10 位という結果であった。

・勝っている試合では 1 枚でのブロックが多かった。

➢最低でも 1 セット平均 2.3 本以上のブロックを目指す。

➢2 枚ブロックなどの複数枚ブロック時にポイントを獲得していく。

2. 練習時と試合時の栄養摂取について

花岡美智子

1) 体重のコントロールについて

ハンドボールは激しいコンタクトがルール上認められている競技であり、体格の有利さはパフォーマンスに影響を及ぼすところである。東海大学女子ハンドボール部のスタートメンバーの平均身長は 162.0 cm (2017 年 11 月の記録) と、他大学と比較しても約 5 cm 程度低い値を示している。形態的な不利を補うためには、激しいコンタクトに耐える体作り、ハードアタックが出来る筋力強化を図ることが大切であり、その一環として体重のコントロールに着目し、2018 年春季リーグにおいて実施した取り組みについて述べる。

2) 2017 年シーズンの反省

年間を通して体重測定を実施しその変動を記録した。その結果レギュラー群の体重推移は、2017 年 3 月の時点から全日本大学選手権大会 (インカレ) が実施された 11 月までに約 4.0 kg の低下を示した。鍛錬期に増量した体重を維持することが出来ず、試合期に体力を消耗していった傾向が見られた。

3) 2018年シーズンの取り組み

2017年の反省を元に、昨年実施していた取り組み（筋肥大メニューのウェイトトレーニング、増量期の設定、栄養士による栄養セミナー、試合時のプロテイン摂取）に加えて、管理栄養士による個人面談及び試合時の補食準備などを行い、体重維持を図った。

4) 春季リーグを終えて

2018年3月の春季リーグが開始される前のAチームの平均体重は 63.1 ± 6.53 kg、シーズン終了時で 62.4 ± 6.56 kgであり約0.7kgの減少が見られた。またスタートメンバーに限定して見ると、春季リーグ開始前が 62.8 ± 7.57 kg、春季リーグ終了時が 61.4 ± 7.55 kgと約1.4kgの減少が見られた。同時期の体重変動として、2017年のシーズンでは春季リーグで約2.0kgの減少であったことと比べると、リーグ期間中の体重減少の程度は抑えることが出来た。しかし試合出場時間の長いスタートメンバーにおける体重減少はやはり大きく、今後も有効的な対策を立てていく必要がある。

4. 空間認知・先取りについて

中山忠勝

1) はじめに

ゲームを有利に展開していく為に、空間認知や運動の先取りは必要不可欠な要素である。その為に、短い時間で正確な情報収集が重要である。自分自身の運動の先取りに合わせ、相手が存在する場合は、相手の運動を先取りし認知する事が求められる。

2) 取り組み

(1) 先取り・空間認知能力を測定する

マスクング法を用いて、映像を遮断し画面が消えた時点での状況を回答する。またその後、どのようなプレーが起こるか回答することで先取り能力を測定出来る。

・ラグビーフットボール競技での例

1対1局面に着目し、マスクング法を用いた映像を使用し、どこに着目しているかを調査その後、先取りに必要なとする情報をどこから収集している

のかを明らかにする。

・バスケットボール競技での例¹⁾

ピックプレイに着目し、攻撃場面を7秒間みせ映像を遮断、その後攻撃者と守備者及びボールの位置を回答させる事により空間認知能力を測定する。

3) 先取り・空間認知能力のトレーナビリティ

空間認知能力及び相手の運動の先取りに関して、一要因のみで行われているものではない。多要因からの情報収集が意思決定の助けになることが示唆されている。

正しい位置認知が基礎となり、その後の運動の先取り・空間認知に大きな影響を与える。また、先取り及び空間認知の為にを行う情報収集をどこで行なっているのかを把握する事は、各競技における、先取り及び空間認知能力のトレーナビリティを示唆するものとなる。

4) 今後の展望

先取りや認知能力を測定し、実際に現場に還元しなくては意味がない。現場において、何故そのプレーを選択したのか、早い段階で相手の運動を先取りし的確な状況判断が行えている場面とそうでない場面を、プレイヤー自身にどの様にアプローチするかが今後の課題の一つと言える。

多くの選択肢を持ち、その状況に応じて最適な判断を行えるプレイヤーを育成していくことが重要と考える。

5. 東海大学と付属相模高校 体操競技部の取り組み

植村隆志

1) 神奈川県高校体操競技界の今昔

かつての神奈川県高校体操競技界は、相模工大付属高校（現：湘南工科大付属高校）のインターハイ連覇をはじめとして、多数のオリンピック選手を輩出するなど、日本体操界を牽引してきたといえる。現在も審判登録人数は全国第2位・高校生登録人数は全国第1位であるものの、競技成績は徐々に下降傾向にある。インターハイにおける神奈川県代表高校の成績は、2014年は13位（岸

根高校), 2015 年 14 位 (慶應義塾高校) 2016 年 15 位 (慶應義塾高校) 2017 年は 21 位 (藤沢翔陵高校) であり, 国体 (少年男子) においても 2014 年は 13 位, 2015 年 12 位, 2016 年: 13 位, 2017 年 19 位という成績であった。この一因として, 優秀なジュニア選手が神奈川県外に進学する傾向が強いことが挙げられる。

2) 東海大学附属相模体操競技部の現状

東海大学附属相模体操競技部は現在, 高校男子・女子・中等部男子・女子で同じ練習場で活動しており, 総勢 60 名と神奈川県でも有数の大所帯であるといえる。しかしながら, ジュニアからの体操経験をもつ入部者は各学年でも 1~2 名程度である。指導体制は高校顧問 1 名, 中学顧問 1 名がいるものの, 体操経験はない。体操経験を持つ学外コーチが 1 名いるものの, 神奈川県内大会においては 2014 年 9 位, 2015 年は 7 位という成績であった。県大会より, 先の大会への進出は近年なかった。チーム全体の雰囲気も初心者が上手くなることに比重をおいており, 競技者 (アスリート) としてより高いレベルを目指そうという意識は一部の生徒にしか見られなかった。

そこで今回, 強い東海大学附属相模高校体操競技部をつくり, 神奈川県高校体操競技界をもっと盛り上げたいいく為, 創部初の県内優勝とインターハイ出場を果たすことを目的として, 湘南体操アカデミーを立ち上げた。

3) 湘南体操アカデミーの発足と取り組み

以下のような活動を中心に実施してきた。

- ・週末 (土日) のみ大学で練習
- ・指導は大学指導者が行う
- ・レベルの高い大学生と一緒に練習を行う
- ・クラブチームとして全日本ジュニア選手権大会に出場する

4) 湘南体操アカデミーの発足と取り組み

(1) 2016 シーズン

基礎・基本の動作を徹底して身につけることをテーマとした。チームレベルではあん馬の強化の強化を図り, それぞれ個々の能力を強化すること

を中心に練習計画を立て, 実施した。

その結果, 前年度 7 位 (199.550) から 4 位 (214.800) となった。

(2) 2017 シーズン

練習に対する意識を改革すること, 並びにチーム全体の強化をテーマとした。アスリート性を高めるために, レベルの高い演技を見せ, 強度の高い練習を実施した。特に, つり輪と平行棒の強化を中心に練習計画を立て, 実施した。

その結果, 前年度 4 位 (214.800) から 5 位 (208.400) となり, 順位を落とす結果となった。しかし, 2017 年度は大きなルール改正があり, 得点が取りにくくなったことを踏まえると, 点数は一概に下がったとは言えない。実際, 昨シーズンはトップと 24 点差であったが, 今シーズンは 7 点差まで詰め寄ることができた。

(3) 2018 シーズン

目標に合わせて練習計画を自ら立て, 実行して行くことを意識して練習を実施した。特に, つり輪と跳馬の強化を中心に練習計画を立て, 実施した。

その結果, 前年度 5 位 (208.400) から優勝 (215.000) した。合わせて個人総合でも優勝することができた。

5) 今後の活動目標

関東大会予選においては, 団体・個人総合優勝という目標を達成できた。次のシーズンではインターハイ最終予選でも優勝を果たし, 創部初のインターハイ出場を目指したい。

6. コーチングと実践研究

小山孟志, 陸川 章

1) はじめに

コーチング現場において, 日本人は「テクニク」と「スキル」を同義語として捉える傾向があるが, この二つは根本的に違うようである。ある外国人指導者によると「例えばスキルのあるパスとは, いつ・どこに・どのようなパスを出すのか状況判断のできたパスのことである。一方, テクニクのあるパスというのは狙ったコースへ正確にだせるということである」という指摘があった。

日本人は型を重視するがあまり、状況に応じた判断力を伴う練習が不足しているのかもしれない。以下、バスケットボールのシュートを題材に「テクニック」や「スキル」指導に関連した研究について紹介したい。

2) 新たな技術のコーチングと実践研究

(1) バスケットボールの「フローター・シュート」

近年、バスケットボール競技において、ランニングジャンプから構えに時間を取ることなく、ディフェンダーのタイミングを外して空中に浮かせるように打つ「フローター・シュート」が国内外の試合において頻繁に見られるようになってきた(図1)。このフローター・シュートは相手や周囲の状況を見た上で、パスを出すのか、ジャンプシュートを打つのか、フローター・シュートを打つのかなど様々なオプションの中から瞬時に状況判断をした上で発揮させる「スキル」であり、難しいシュートを正確に決めるための「テクニック」も求められると言えるだろう。



図1 フローターシュート

このフローター・シュートは 2016 年のバスケットボール指導教本(日本バスケットボール協会編)の改訂版からシュート技術の一つとして紹介されはじめたことから比較的新しい技術であると言える。そのためフローター・シュート動作のメカニズムや動きのコツ、コーチングの方法などは明らかになっていない。

(2) 実践研究

コーチング現場にいる研究者の立場からすると、トップレベル選手の技術の解明は研究のテーマとして取り上げやすい。そこで、国内トップレベル選手を対象とし、キネマティクスの分析を行った。なお、この研究の被験者は熟練者1名(フローター・シュートを得意とする日本代表選手)、未熟練者1名と被験者数は少ないものの、コーチング現場に応用可能な研究としてコーチング学研究において原著論文として掲載された²⁾。

3) まとめ

スポーツ戦術プロジェクトに参画するメンバーは、各スポーツ競技の指導現場に関わる監督、コーチ、トレーナーであることから、研究テーマはコーチング現場に益するものが理想である。今後もこのプロジェクトに参画することで、競技関連携や情報交換を行い、共同研究や競技間の枠を越えた活動を積極的に進めていきたい。

7. 超音波エラストグラフィを用いた筋硬度評価について

米津貴久, 後藤太郎

1) はじめに

筋の硬さは運動時の動力源であることから、そのコンディションを評価することはトレーニングや試合により一層よい状態で臨むために必要なものである。この筋肉の硬さは関節可動域の評価によるいわゆる柔軟性と、触れた際の硬さ(筋硬度)を評価するものに大別される。近年後者に関する評価として超音波エラストグラフィが注目を集めている(図2)。しかし、それが何を反映するか十分ではない。そこで、超音波エラストグラフィを用いて評価した筋硬度がどのような因子を反映しているのか明らかにすることを目的として研究を実施した。

2) 研究

(1) 研究① 筋硬度と筋内水分量の関係について

健康成人男性 10 名(身長: 172.9 ± 8.8 cm, 体重: 64.2 ± 8.5 kg, 年齢: 25.9 ± 2.1 歳, 平均±標準偏差)を対象として、上腕二頭筋に対して 50 回伸張性収縮を行った。

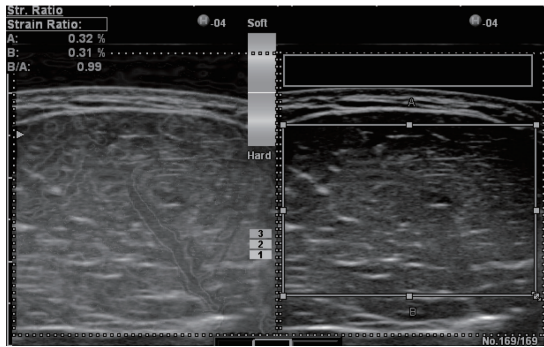


図2 超音波エラストグラフィ典型例

評価項目は筋硬度 (Strain Elastography, EUB-7500, 日立メディコ社製), 筋内水分量の指標としてMRI T2値 (Signa 1.5T, GE社製, USA) を評価した。測定期間は運動介入前後, 1-3, 5, 7日後とした。統計解析はIBM SPSS Statics 22を用い, 筋硬度は対応のある一元配置分散分析を行い, 事後検定としてBonferroni法による多重比較検定を行った。一方のMRI T2値に関してはノンパラメトリック検定であるFriedman検定を行った。

その結果, 上腕二頭筋の筋硬度は運動介入前 (1.39 ± 0.19) と比較して運動介入1日後 (0.95 ± 0.17) に最も低値を示し, その後回復基調にあったものの, MRI T2値は運動介入前と比較して有意な変化を示した箇所はなかった。このことから, 運動介入後の筋硬度変化に筋内水分量は必ずしも主たる因子ではないことが明らかとなった。

(2) 研究② 筋硬度と筋形状の関係について

健康成人男性10名 (身長: 172.9 ± 8.8 cm, 体重: 64.2 ± 8.5 kg, 年齢: 25.9 ± 2.1 歳) を対象とした。運動介入は足関節の底背屈を40回5セット行った。測定部位は腓腹筋内側頭とし, 測定項目は筋硬度と筋形状を超音波Bモード画像から羽状角, 筋厚, 筋束長をImage J (NIH) を用いて測定した (図3)。統計解析についてはパートレット検定は行い, 等分散性を確認した。等分散性を認めた項目については, 繰り返しのある一元配置分散分析を行い, 事後検定としてLSD法検定を行った。等分散性を認めなかった項目については, ノンパラメトリック検定であるFriedman検定を行い, 事後検定としてBonferroni補正を行ったWilcoxon検定で運動介入前の値との比較を行った。その後, 筋硬度の

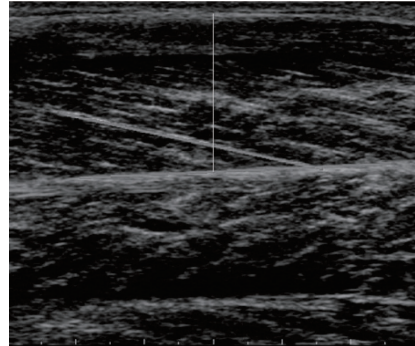


図3 筋形状の計測例

説明変数を算出するために筋硬度を従属変数, 有意な経時変化を認めた項目を説明変数として, ステップワイズ法を用いて重回帰分析を行った。

その結果, 筋硬度, 羽状角, 筋厚についてはいずれも運動介入前 (筋硬度: 0.98 ± 0.34 , 羽状角: $18.9 \pm 3.2^\circ$, 筋厚: 19.5 ± 3.2 mm) を比較して運動介入3日後 (筋硬度: 0.40 ± 0.14 , 羽状角: $23.0 \pm 4.3^\circ$, 筋厚: 22.0 ± 3.9 mm) に最高値を示していた一方, 筋束長については運動介入前後での変化は認められなかった。さらに, 重回帰分析を行ったところ, 運動介入3日後に $Y = 0.945 - 0.023X$ (Y : 筋硬度, X : 羽状角, 調整済み決定係数: 0.523) と, 羽状角が有意な説明変数として抽出された。

以上の研究結果から, 運動介入後の筋硬度変化は筋内水分量の変化ではなく, 筋形状, 特に羽状角が変化することで圧力に対する応力が高まることによって筋硬度が高まること示唆された。

(3) 今後について

筋硬度は上述の通り筋コンディションを評価する指標として経験的に使用されている。本研究の結果からは筋硬度の変化は筋形状の変化が関わっていることが明らかになったことから, 今後は処置の方法をはじめとして, 良いコンディションを維持するためにどのような手法を施すべきか介入及び研究をしていくことが必要である。

8. ワールドカップから学ぶ

今川正浩

1) ワールドカップとは

・開始年 1930年 (4年に1度)

- ・主催 FIFA
- ・参加国数 32
AFC 4.5, CAF 5, CONCACAF 3.5, CONMEBOL 4.5,
OFC 0.5, UEFA 13 開催国 1
- ・前回優勝 ドイツ (4 回目)
- ・最多優勝 ブラジル (5 回)

2) JFA の取り組み

「世界のサッカーから学ぶ！」何を吸収し、どう活かすか？

JFA・技術部からの発信

三位一体＋普及 - 4 本柱の強化 → 代表チーム強化, ユース育成, 指導者養成, 普及
世界をスタンダードとした強化策の推進 テクニカルスタディー

(1) JFA テクニカルレポートなど (指導者ライセンス有資格者・購入可)

a) JFA テクニカルレポート ～ 2010FIFA ワールドカップ (報告書)

- ・イントロダクション
大会全般, 技術・戦術分析 (攻撃と守備の一体化, 攻撃, 守備, ゴールキーパーセットプレー), アジアの闘い, 日本の闘い, 日本代表チーム報告, 育成への示唆
- ・現代サッカーの 7 つの柱
サッカー理解, パス・キックの質, 動きながらのコントロールの質, 動きの質・量, 判断の質, フェアプレー, 育成からの積み上げ
- ・ベンチマーク～チーム・選手
- ・トピックス
- ・データ編

b) JFA テクニカルレポート ～ 2010FIFA ワールドカップ (映像)

- 「大会の分析」
- ・大会全般
- ・技術・戦術分析 (攻撃と守備の一体化, 攻撃, 守備, ゴールキーパー, セットプレー)
- ・日本の闘い
「日本代表 ワールドカップでの闘いの記録」
日本国内合宿, スイス合宿, グループステージ (vs カメルーン, vs オランダ, vs デンマーク)
決勝トーナメント (vs パラグアイ)

(2) JFA 公認 C 級コーチ 教材の変更 ～ワールドカップの翌年

- a) JFA 公認 C 級コーチ 教材 (内容) の変更 ワールドカップの翌年に変更 (4 年ごと) ～2014 年のワールドカップの結果・内容から
 - ・ティーチングとコーチングのバランス
→ 判断の要素を取り除かない
 - ・クリエイティブで逞しい選手の育成
→ 自ら解決するカフエア, タフ, スピーディー！勝負へのこだわり, コミュニケーションスキルの向上, リスペクト, 暴力根絶

3) 本大会の注目

日本サッカーの成長 → 育成年代への指導

- ・相手ゴールを目指す攻撃
「前を向く」相手陣地でのファーストタッチ (前を向く)
「前に出す」～ 縦パス (前, 斜め前)
- ・タフな守備, 闘うプレー
ファールをしないディフェンス, コンタクトプレー, 倒れない, つぶれる
- ・魂! (ドイツ, 日本)
失敗の経験 ～ 冷静にファイトする!
ひたむきに, 泥臭く!
- ・判断, 決断を, 自分 (達) で行う!
ピンチの時? (選手, ベンチ) VAR は?
- ・注目選手!
ルカ モドリッチ, ハビエル マスチェラーノ

9. 2018 年度 TOKAI Mermaids のこころみ

藤井壮浩

1) はじめに

女子バレーボール競技においては, ポジションに支配されがちなゲーム戦術及び戦略, 練習が行われているのが実情であり, いくつものチーム及び指導者が様々な方法を用い, オールラウンドもしくは変則的な戦術に挑戦はしているが, 実際には非常に困難なことは容易に察する。

- ・個々のポジション枠を越えた協同, すなわちオールラウンドな試合展開を目指し年間を戦い抜こうとする計画。
- ・大学スポーツというカテゴリー, 研究機関である

利点を活かし、多種目にわたる強豪チームを抱える東海大学の強みを存分に発揮し、他種目競技間連携を図ることを打ち出すこととした。

2) 取り組み

- ・4年生中心の練習計画の立案・実行
- ・客観的チーム分析及び評価 (DETA VOLLEY DETA VIDEO活用)
- ・スポーツサポートシステムの活用及び連携
- ・コーチ分業制 (オフェンス・ディフェンス・サーブ・ブロック・セッター)
- *データ分析・スカウティング・試合前のミーティング
- ・練習準備等を縦割りのグループ制に!

3) 新たな取り組み

(1) 視覚的アプローチ (PC, 電子端末)

2018年度はYouTubeに試合映像をあげて、上級生がGood場面とNo Good場面を判断して抽出し今後に向けたオフェンス面の Technical VTRを作成

(2) 目的

オフェンス面でのチームファンダメンタルの構築

(3) 成果

スマートフォン含めた携帯端末で頻繁に視聴することにより、チームファンダメンタルの構築の一助となるように活用することが可能になることが挙げられた。

4) 春季リーグの結果

2018年度 春季リーグ戦 10勝1敗
最終順位 12チーム中1位という成績であった。

5) 春季リーグを終えて

今リーグの特長は以下の通りである。

(1) 対戦相手に応じた多彩なオフェンス

- ・昨年度、自チームのオフェンスの特長に対して対策を構築され敗戦を喫したチームに対して、ユーティリティさを全面的に表現して勝利したこと。
- ・戦力の充実、新戦力の活躍

(2) 唯一敗戦したチームへの今後の対応策構築

- ・ディフェンス力の高いチームへのオフェンス面での対応力向上。

6) まとめ

今リーグ戦においては、両アウトサイドヒッターの獲得得点が非常に高かった。これに対しては、近年における自チームにおける分析内で、アウトサイドヒッターへの負担が大きなものであると考えている。

しかし、春季リーグ戦においては、その決定力を高く維持できていた。また、ミドルブロッカーの選手1名は、本来のポジションではないライトサイドからの攻撃回数も多く出現していて機能しているが、どちらかという我慢のゲーム展開といった面が未だ大きいと感じている。

今後に向けては、「2018年度からのこころみ」が、どの様な手応えと今後の発展性を示してくれるのかを期待しつつチーム戦術構築の糧としていきたいと考える。

10. レフリーとのコミュニケーション

八百和則

1) はじめに

ラグビーフットボールという競技でのレフリング作業はユニークで 30 人という大人数がピッチ上において一斉に動くため、状況を判断することは大変困難である。そのため、レフリーの判定にはレフリーの個人の特徴やくせのようなものが現れる。そこで選手たちはそのレフリーの特徴を理解するために、コミュニケーションを取る必要がある。

2) レフリーの解釈

レフェリーたちは研修を重ねるなどして、主審ごとに「解釈」の幅が出ないように努力はしている。ただ、主審によってはスクラムを落とす行為に厳しかったり、ラックなどボール争奪戦での反則の判断が早かったり、若干の「個人差」は生じてくる。また、同じ主審でも試合によって幅が出てくることもある。そうしたレフェリーの「癖」にいち早く適応すれば試合を有利に進めることができる。

3) レフリーとのコミュニケーション (試合前)

(1) プレマッチミーティング

プレマッチミーティングでは大会コミッショナーとレフリー、マッチドクター、両チームが競技場のルールや選手変更等を確認する。

(2) ブリーフィング (ドレスチェック)

チームはこの時に、レフリーへ自分達のプレーのことや、相手のプレーについて話をするができる。またレフリーはチームへ、気をつけてほしいことや、この大会で注目されているポイント (クリーンなラグビー、新ルール等)

4) レフリーとのコミュニケーション (試合中)

(1) 試合中にレフリーとコミュニケーションが取れるのは、キャプテン、ゲームリーダー、プロップ (スクラム中の問題に関して) のみ。

(2) その他のプレーヤーが許可なく質問したり、話しかけることは認められていない。

5) キャプテンの役割

キャプテンのみレフリーと話することができるため、ゲーム中にレフリーの判定の基準やチームの問題点などを確認し、レフリー、選手が協力して、スムーズに試合が進行するようにチームをコントロールする。情報や知識を増やすことができる。

6) レフリーも人間

レフリーは必ずしも、公平かつ平等に笛を吹くわけではない。嫌な印象を与えてしまった時には、判定に影響することもある。レフリーを自分のチームの 16 人目のプレーヤーにするか、相手側の 16 人目のプレーヤーにするかは試合を通じた選手の行動に影響してくる。そのため、キャプテンはレフリーに嫌な印象を与えないためにもコミュニケーションの仕方に気をつけなければならない。

7) ノンバーバルコミュニケーション (非言語コミュニケーション)

(1) 目を見て話す

(2) 頷く

(3) 時に笑顔で話する

(4) 見下ろさない

(5) 話を遮らない

(6) 他のプレーヤーを近づけさせない

(7) 反則の場合、反省の態度を示す

8) ノンバーバルコミュニケーション (非言語コミュニケーション)

(1) 必ず敬語を使う

(2) 礼儀正しく振る舞う

(3) 同調している姿勢を見せる

(4) レフリーの判断について質問しすぎない

(5) 相手チームの話をしすぎない

(6) 反則の場合、意図的ではなく偶発的な現象として起こっていることを説明する

文献

- 1) 岩部大輝 (2017) バスケットボール競技における戦術的予測的能力について-ピックプレイを契機として, 2017 年度東海大学体育学研究科体育学専攻修士論文
- 2) 小山孟志, 山田洋, 小原原慶太, 内山秀一, 五十嵐健太, 陸川章 (2018) 日本人一流バスケットボール選手におけるフローター・シュート動作の評価-片脚踏切パターンに着目して-. コーチング学研究, 32(1), 13-22.