

日本におけるラグビーコーチングの問題点

— Problems with Rugby coaching in Japan —

Key-Factor (ラグビー、コーチング、システム、マニュアル)

溝畑 寛治

はじめに

過去5回を数えるラグビーワールドカップ(以下、W杯)において、日本の代表チーム(ラグビー界では、通称ジャパンと呼ばれている)の勝利は、第2回W杯の予選リーグでジンバブエを破ってあげた1勝に留まっている。ラグビー先進国であるイングランド、スコットランド、ウェールズ、アイルランド、南アフリカ、オーストラリア、ニュージーランド、フランス、(第1ティア=ランキング1位~10位)などに勝利することは難しいとしても、せめてイタリア、ルーマニア、スペイン、カナダ、アメリカ、アルゼンチン、フィジー、トンガ、サモアなどの第2ティアと言われている国々に対しては勝利を得たいし、世界ランキング(表I)目標15位(2004年日本は18位)を是非とも達成してほしいものである。目標達成の為には、日本のラグビー選手の競技力向上と選手発掘の為の普及活動が必要である。現在日本のラグビー人口(表II, 2004年125,508人)は、激減(ピーク時1992年155,962人)していると言われているが、今だ世界4位を誇り、アジアにおいて唯一W杯5回の連続出場を果たしている。

アマチュアスポーツを堅持し続けて来たラグビーが1995年プロ化に踏み切ったことは世界の球技スポーツ界の趨勢におされてのことである。世界のラグビー先進国では、いち早くプロ化による対応を行っている。もちろん

これらはIRB(インターナショナル・ラグビー・ボード=国際ラグビー協議会)の指導のもとであるが、発祥国イングランドを中心に、スコットランド、アイルランド、ウェールズ、フランスで構成されていたファイブネーションズラグビー(北半球の5ヶ国によるリーグ戦)をより発展させるためイタリアを加えて、シックスネーションズラグビーとして、ヨーロッパにおけるラグビー発展の基礎がためを行った。また南半球では、ニュージーランド、オーストラリア、南アフリカの3ヶ国から代表チーム12(ニュージーランド5, オーストラリア3, 南アフリカ4)で組織するリーグ戦“スーパー12”をスタートさせた。動きの早いスピーディーなラグビーに加えて、ラグビーという球技の中で身体接触が許される特徴を生かした、当りの強い激しい肉体のぶつかり合いが人気を呼び観客を魅了させ大いに発展している。

日本のラグビー界にとってプロ化は馴染むことのできない大きな転換となったことで、ラグビー先進国から遅れを取っての対応とならざるをえなかったことは事実である。しかし、日本ラグビーフットボール協会(以下、日本ラグビー協会)は、「ラグビー競技を誰からも愛され、親しまれ、楽しめる人気の高いスポーツにする」ことをスローガンとして普及活動に取り組んでおり、2011年の第7回W杯を日本に招致する為に本格的な活動をおこなってきたが失敗に終わった。2015年の

第8回に向け新たな挑戦を行うこととなった。

日本のラグビーは、明治32年に慶応大学でチームが結成されて以来、学校中心に発展し、中学校、高等学校、大学、社会人と言う組織体制で長い歴史を築いてきた。ラグビー先進国のように幼少の頃からの取り組みが本格的に始まったのも10数年前からのことであり、一貫した指導体制が出来上がったのも数年前からである。また日本を代表する選手は、ほとんどが企業チームに所属して仕事との両立をしいられ、代表選手として合宿や遠征に参加することもなかなか難しい状況があった。

2001年3月に、日本もアマチュアからオープン化に踏み切った為、企業によっては契約社員としてプレーする選手も出て来た。しかしまだまだ完全にプロ化された状態でないのが実状である。このような環境条件の下で日本代表チームを送り出した第5回W杯（オーストラリアにて開催）では、またしても全敗を喫してしまった。しかし、スコットランドやフランスを相手に互角の戦いを演じたことでIRBからも賞賛され存在価値が認められたことは喜ばしいことである。賞賛されたことは評価出来るが喜んではいけない。競技スポーツは勝たなければ意味がない。敗因を探り当て、反省し、工夫をこらして努力し、次には勝たなければならない。今後の日本ラグビーの競技力向上に期するために問題点を探ってみた。

表1 IRBラグビー世界ランキング

2004年10月11現在

順位	国	順位	国
1	ニュージーランド	11	イタリア
2	オーストラリア	12	サモア
3	イングランド	13	カナダ
4	フランス	14	ルーマニア
5	南アフリカ	15	アメリカ
6	アイルランド	16	ウルグアイ
7	ウェールズ	17	ポルトガル
8	アルゼンチン	18	日本
9	スコットランド	19	トンガ
10	フィジー	20	モロッコ

(<http://www.irb.com/wr/> より転載 筆者加筆)

表2 IRB加盟国ラグビー競技人口

2004年10月11現在

順位	国	順位	国
1	イングランド	11	カナダ
2	南アフリカ	12	スコットランド
3	フランス	13	イタリア
4	日本	14	アメリカ
5	ニュージーランド	15	チリー
6	オーストラリア	16	スペイン
7	アイルランド	17	サモア
8	アルゼンチン	18	ロシア
9	フィジー	19	スリランカ
10	ウェールズ	20	シンガポール

(<http://old.rugby-japan.jp/IRB/irb99/irb-jinkou.html> より転載 筆者修正加筆)

日本ラグビー協会におけるコーチングの取り組みについて

日本ラグビー協会は、協会運営にあたって各種委員会を構成している。コーチングについては、コーチ委員会がコーチ養成と普及活動を行って来たが、ラグビー人気の凋落、競技人口の減少は否めない事実である。ラグビーには怪我が付き物であり、危なくて子供にさせられないとか、雨天時には泥々の土のグラウンドでプレーするため汚いとか、しんどいことをするのはいやだとか、原因は色々考えられるが、世界に肩を並べるだけの競技力が無いことが大きく影響しているものと思われる。このことはラグビーに限らず全ての競技スポーツに言えることではないであろうか、やはり世界で対等に戦えるチーム力を持たなければならない。

2000年9月、文部科学省が将来における日本のスポーツのあり方を明示した「スポーツ振興基本計画」を策定し、その中で我が国の国際競技力向上に必要な施策として「一環指導システムの構築」を必要不可欠な施策の第1項目として示した。そして、その到達目標として「2005年を目途に、競技団体がトップレベルの競技者を育成するために指導理念や指導内容を示した競技者育成プログラムを作成すると共に、このプログラムに基づき競技

者に対し指導を行う体勢を整備する¹⁾ことを求めた。

日本ラグビー協会は、このような国の方針を待つまでも無く、競技者育成と指導者養成は、将来の日本ラグビーの発展に欠かせない両輪とも言うべき重要な施策である。健全なラグビーの普及も国際舞台で戦う優秀なプレーヤーの誕生も、あるいは次代の日本ラグビーの事業を推進する人材の出現もすべては一環指導体制の確立と充実が、その鍵を握っていると言っても過言ではない。ラグビー強国のプロ化が定着しつつある今日、人々のラグビーとの関わり方も多様化し、コーチングの対象者は、幼児から高齢者、あるいは障害者と多岐にわたっている。このような時代にあって、人を導き育てる役割を担うコーチには、人間的な魅力や経験に加えて様々な知識や専門性が求められる。「JRFUコーチングの指針」(2002年12月1日編集発行)は、その多様化した時代にあって、プレーヤーが誰の指導を受けても安全でかつ、健全に、そして楽しくプレーし向上していくための一貫した指導のあり方について明示したものである。日本ラグビーに関わる全ての指導者には、この指針に添った指導の展開が求められる²⁾。としている。以下に内容の要点について示す。

Chapter 1.

「日本ラグビーの一貫指導」では、正しいラグビーフットボールの普及振興をその目的としており、また国際競技力向上に寄与することをコーチングの目的としている。この目的を達成する為に、次に示す3つの指導プログラムの必要性を提唱している。

1. すべてのプレーヤーが健全にプレーし、向上するための育成指導プログラム (Development Program)
2. 将来日本代表選手として活躍する選手を育成するためのエリート指導プログラム (Elite program)

3. 日本代表チームを頂点とする日本ラグビー協会各代表チームにおける強化指導プログラム (Top Program)

これら3つの指導プログラムは、日本ラグビー協会のコーチングの目的達成に向けてそれぞれ一貫した指導方針に基づいて年齢やレベル、性別に応じた内容で構成されるべきものである。

どんなプレーヤーを育てるべきか

1. 「ラグビーが好きでたまらない」というプレーヤーを育てよう
2. ゲームをエンジョイできるプレーヤーを育てよう
3. 上手になりたいと思い、そのために自ら挑戦し努力するプレーヤーを育てよう
4. 勝つために考え、工夫できるプレーヤーを育てよう
5. 大人のプレーヤーを育てよう
6. コミュニケーション能力の高いプレーヤーを育てよう
7. プレーすることに誇りを持つプレーヤーを育てよう
8. 相手とレフリーを尊重するプレーヤーを育てよう
9. ノーサイドの精神を大切にするプレーヤーを育てよう

Chapter 2. ラグビーの基本的な考え方と攻撃の目的

IRBは、ラグビーの基本原則を定めるラグビー憲章を制定している。この憲章は、すべての協会に原案を示しコメントをする機会を与えた後に承認されたものであり、「ラグビーとは何か」を説明する競技規則を補う重要な性格を担うものである。コーチはこのラグビー憲章を理解し、これに照らし合わせて指導しなければならない。(以下 筆者省略)

Chapter 3. 指導のアウトライン

表Ⅲは、日本ラグビー協会のラグビーに関

わるすべてのプレーヤーを対象とした育成指導のためのプログラムの骨格を明示したものであり、日本ラグビーにおける指導の指針である。日本ラグビー協会のコーチは、このアウトラインに沿ってコーチングを行う。

基礎・基本についての考え方

基礎とは、すべてのプレーヤーの礎であり、発展・向上のための必須（絶対）の条件である。基本とは、プレーの幹となる要素であり、高度なプレーを支えるプレー要素である。基本なくして応用はあり得ない。ゲームにおいて高いパフォーマンスを発揮するためには、しっかりした基礎の上に安全にプレーするための基本、判断に関する基本、あるいは動作に関わる基本など、さまざまな分野の基本をしっかりと身に付けておかなければならない。

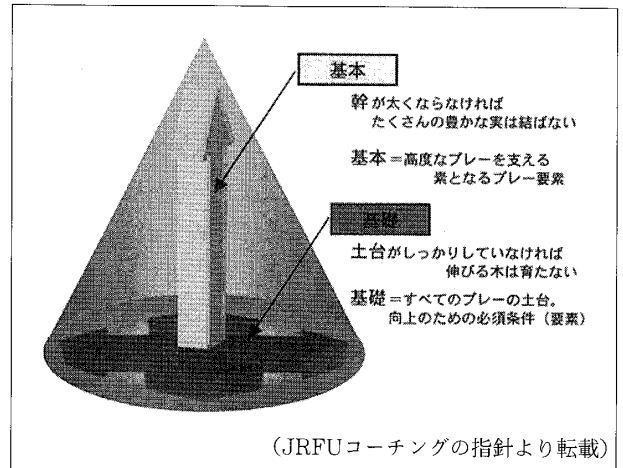


図1 「基礎」と「基本」

Chapter 4. コーチの役割と年代別指導のあり方

コーチは目的を達成するための役割として以下の点が挙げられる。

1. 動機付けを高める
2. スキルを高める
3. フィットネスを高める

表3

指導のアウトライン	ジュニア	ユース	トップ
	U17	U19	U21
指導のねらい	興味	理解	発展
ゲームの性格	遊び	競争	競争
指導のテーマ	置球 自己認識・自己表現	判断 自己開示・他者認識	創造 自己実現・自己責任
指導の課題	多様な運動パターンの開発と指導	専門的な運動パターンの開発と指導	高度な運動パターンの開発と指導
指導の輪郭1	ダイナミックな展開	ダイナミックな展開の継続	セットプレー
指導の輪郭2	インディビジュアルプレー（個人の状況判断）	ユニットプレー（コミュニケーション）	チームプレー（協働）

(JRFUコーチングの指針より転載)

4. 戦略・戦術を授ける

また、プレーヤーを育成指導していくという観点からは、以下のようなコーチの役割も求められる。

1. コーチは、プレーヤーの意欲を促進させるために存在する
2. コーチは、プレーヤーの自立を助けるために働く
3. コーチは、プレーヤーの目的を達成させるために支援する
4. コーチは、プレーヤーに適切な誇りを与えることを大切にする
5. コーチは、プレーヤーがグラウンドの中でも外でも幸せになるよう導く

段階指導のあり方

1. ラグビーとの出会いの段階では、ラグビーが好きでたまらない子供達を育てる指導を行う。
2. プレーヤーの育成段階では、ゲームの勝敗やプレーの結果ではなく、何を意図してプレーしようとしたか、その試みについて評価する指導を重視する。
3. プレーヤーが強化されることを望む段階では、目標までの道のりや課題を明らかにし、自ら目標を達成できる能力を育てる支援を行う。
4. プレーヤーが個々人の経験を伝えたいと望むようになったら、そのための能力を育て機会を提供できるよう支援を行う。
5. どの段階においても、プレーヤーが勝つことを望むのは当然のことであるが、「勝利を目指すことの価値」と「勝利のみにしか価値がない」とする考え方の違いを十分に理解させ、その上で課題達成に向かう支援を行う。（以下 筆者省略）

Chapter 5. 練習についての考え方

ゲームを最大限にイメージさせる

言うまでもなく練習はゲームにおいてより高いパフォーマンスを発揮するために行われる。練習ではゲームで発揮したい個人やチームのパフォーマンスのイメージを明確にし、そのイメージと現実とのギャップを埋める抽出練習（ドリル）が重要である。常にゲームを最大限イメージさせたコーチングが向上の鍵となる。（以下 筆者省略）

Chapter 6. 世界で戦うためのプレーヤー像

ここで示す「世界で戦うためのプレーヤー像」は、そのモデル化のための基本的要素を示したものである。この要素を具体化し、それぞれのトレーニングおよびコーチングに反映してはじめて世界で戦えるプレーヤーとチームが育つのである。

1. 知的要素

- ゲームの構造をよく知っている、ルールをよく知っている、これらの知識をゲームの中で有利に戦うために活用できる。
- 刻々と変化する場面に応じて、的確に読み取り、的確に対応ができる。
- 相手の動きや、ゲーム様相を的確に読み取り、的確に対応できる。
- 科学的な分析結果や事前の戦略的情報をトレーニングやゲームに活かすことができる。
- 状況を的確に把握し、チームにとって必要な情報を提示できる。必要な情報が何であるのか理解できる。

2. 心理的要素

- 勝つことを決してあきらめない精神的強さを極めて高いレベルで有している。
- 闘争意欲が旺盛である。
- どんな場面に遭遇しても冷静な対応と判断ができる。

3. 技術的要素

- オールラウンドなボールゲームプレーヤーとしての技術的要素を高いレベルで有している。
- 専門的、個性的な技術要素を有している。
- コンタクトプレーに関連して「外力を逃がす技術、内力を相手に伝える技術」を高いレベルで有している。

4. 体力的要素

- 高いバランスのとれた基礎体力を有している。特に体幹の強さと柔軟さを高いレベルで有している。
- それぞれのポジションに求められる特有な体力とコーディネーション能力を高いレベルで有している。

5. 人間的要素

- 支援してあげたくなるような魅力を有している。
- 子供達のおこがれになるような個性を有している。
- ロールモデルに成り得る豊かな人間を有している。

Chapter 7. JAPANを支えるカギ (筆者省略)

以上の様に指針をかかげて指導体制をととのえて行くこととなった。しかし、問題はこれをどこまで浸透させていくのかである。特に今回取り上げた日本ラグビーの競技力向上の為に問題点を探ることについては、指針のChapter 6. 「世界で戦うためのプレーヤー像」をおさえて、どんな方法で、どこまで浸透させていくのが重要な課題となる。この点については問題点Ⅱで取り上げたい。

問題点Ⅰ コーチングシステムについて

現在、日本ラグビー協会では、コーチング問題やコーチ育成についてはコーチ委員会が、選手の普及育成については普及育成委員会が、それぞれ任務にあたっている。コーチ委員会

には、委員長、副委員長およびアドバイザー、指導者養成など数名の委員が配属されており、傘下に、三地域協会（関東協会、関西協会、九州協会）のコーチ委員会が、また三地域協会の下に都道府県協会のコーチ委員会が、それぞれ配置されている。コーチ資格については、1986年から日本体育協会との共催のもとに、競技力向上コーチ（A, B, C級）とスポーツ指導員（A, B, C級）の資格を取得するシステムになっており、それぞれの資格取得のための講習会が開催されてきた。コーチ資格としての専門分野については、各種競技団体が担って資格の認定を行ってきた。しかし、この制度も2005年から改定され、日本ラグビー協会が認定する独自の指導者資格を発足させることになった。そして、すべての指導者にコーチ資格を取得してもらうことを目的に、資格の入り口をスタートコーチとし、それぞれのカテゴリー、指導対象によつての資格へと進んでいく方法となった。しかしながら、これまで資格取得者をどのように活用していくのかのシステム構築がなされていなかったために資格は有名無実のものとなっていた。また、資格取得にあたってのレベルにあわせた教本となるマニュアルについても日本独自に開発されたものがなく、ラグビー先進国で作成されたマニュアルを日本用にアレンジしたものを使っている。（教本等のマニュアルについては問題点Ⅱで述べる）日本人の気質や、身体的特徴、生活環境などを考慮した日本選手に適した独自のマニュアルを作成する必要がある。世界のラグビーがプロ化にふみきった現在、日本ラグビーが世界に肩を並べるためには、これらの点についても新たな発想とシステムの構築が急務であるが、日本ラグビー協会コーチ委員会を始めとし三地域協会から都道府県協会に至るあらゆるコーチは、無給（ボランティア）でそれぞれの任務に携わっている。（日本代表チームは現在有給の外国人コーチである。）これらを考える

と限界を感じざるを得ない。世界のラグビー先進国では、協会所属の有給コーチを多くさん配属して普及・コーチング活動を行っている。このような環境の違いを今後どう埋め合わせていくのかも大きな課題である。今後の日本ラグビー発展につながることを考え、参考にラグビー先進国であるニュージーランドのコーチングシステムについても以下に述べておきたい。

ニュージーランドは、日本の北海道を省いたほどの国土面積を有し、人口約400万人で、ラグビー競技人口は日本よりやや少ない約12万人である。ニュージーランドラグビー協会では、全土を三つの地域（セントラル、サウス、ノース）に分けて各々にラグビー・デベロップメント・オフィサー（R.D.O）4～5名をフルタイムコーチとして配し、協会が給料を支払っている。フルタイムのコーチには、移動用の車が与えられ普及活動に余念がない。また、このフルタイムコーチのもとにスタッフコーチを配し、各イベントの手伝いを行っている。スタッフコーチは各々の地域に存在するクラブに所属しており、クラブでの指導に勤めている。活動費や交通費などの補助は受けての活動であるが、地域に根ざしたクラブ運営に努力しており、コーチ養成の講習会等にも協力している。また、スタッフコーチを手助けするリソースコーチ制度も設け、若いコーチングの勉強をしたい人たちに協力を願っている。リソースコーチは、コーチング講習会時の資料の準備やビデオの準備をはじめ、会場の設営など意欲的に取り組んでいる。コーチング講習会の中でも技術的な面を特別に扱う場合には、各ポジションの専門分野を指導するスペシャルコーチ（経験豊かな選手やコーチに臨時コーチを引き受けてもらう）に出席を願って指導にあたるシステムとなっている。スタッフコーチやリソースコーチは基本的にはボランティアである。地域協会からユニフォームやシューズなどの支給が行わ

れているといどであるが、コーチングの勉強をしたい若い人達が意欲的に取り組んでいる。

ニュージーランド協会では、コーチ資格を取得する為に、コーチングマニュアルが作成されている。マニュアルは、レベル1, 2, 3とスキル・ドリル編で構成されており、それぞれにビデオも制作されている。近年、PRINCIPLES of Rugby by Coachingを発売し、コーチがチームを指導する際に必要となるラグビーに関する専門的な情報、スポーツ全般に関する情報、そしてコーチングを運営する情報を与えるようにしている。資格取得は、レベル1から順次取得していくシステムになっている。レベル1は、2日の研修（講義と実技）とテストにより認定されるようになっており、レベル的には、地域クラブでの指導にあたるコーチの入門的なものである。レベル2になると、1年以上のチーム指導実績と3日間の研修（講義と実技）及びテストにより認定される。高校、大学又は地域クラブのジュニア、シニアを指導するレベルである。レベル3は、代表チーム等の指導にあたるコーチ資格であり、かなりのコーチ経験を持つ者が取得するものである。筆者も1996年に一年間留学しコーチングの勉強を行い、レベル1, 2を取得した。

オークランド協会では、市の教育委員会と連携し、コーチングスタッフが幼稚園から小学校、中学校、高等学校まで出向き体育の授業の3回～4回を「ラグビーの授業」として指導にあたっている。また、教員養成大学では、教員志望の学生（男女共）がラグビーの授業を受講している。筆者もコーチングスタッフと同行して指導にあたったが、この国のラグビーに対する熱意には敬意を表するものであり、ラグビー王国のすごさを痛感させられた。このようにスポーツに対する国民そのものの考え方や感じ方などラグビーに関する環境条件の違いはあるが、今後の日本ラグビーの発展の為に参考とすべき点が多々あるようであ

る。

問題点Ⅱ 日本独自のコーチングマニュアル作成に向けて新たな発想を

ラグビー先進国では、各々の協会が独自のコーチングマニュアルを作成し、それに沿った指導者の養成と選手の育成を行っている。発祥国イングランドでは、「ベターラグビー」が、オーストラリア、ニュージーランドなどでは、ラグビーコーチングマニュアル1, 2, 3を作成し、各々にビデオも制作している。しかし、日本には協会独自が作成した指導書は存在していなかった。過去何人かのラグビー先達者が個人的にラグビー指導書を発刊してきたが、それらもすべてイングランドの指導書の翻訳を基にしたものである。日本ラグビー協会も1975年に「BETTER RUGBY」を発刊したが、イングランド協会が発刊したものを翻訳したものであり、その後1977年に日本ラグビー協会コーチ養成委員会が、これをベースに検討・改良を加えたものを発刊した。また、1988年にイングランド協会が発刊された「EVEN BETTER RUGBY」を翻訳アレンジしたのも出版している。子供達のために発刊された「Mini Rugby」1988年発刊も、イングランド協会発刊のものを日本ラグビー協会コーチソサエティーが翻訳出版したものである。唯一日本ラグビー協会が独自に発刊したものは、「中学・高校の指導者のためのBASIC RUGBY 基礎編」（1997年）である。このコーチングマニュアルは、「日本ラグビーの質を向上させ、正しく発展させるためには、正しい指導法を身につけた教師やコーチを養成しなければならない」。その方策として中学、高等学校の指導者を対象としたコーチングマニュアルを作る必要がある。ということで作成された。その後「A guide For Coaches with Even Better Rugby」が1999年に発刊されたが、これもイングランド協会

の翻訳版である。

ラグビーが、イングランドで発祥したスポーツであるとは言え、日本に入って来てから100有余年の歴史を持つものであり、日本人の体型や体力、技術要因、気質、環境条件（社会通念など）をふまえた日本独自のラグビーを構築し、これらを基にコーチングマニュアルが作成され、マニュアルにそったコーチングを行うことが必要な時代が来ていると思われる。また、指導用ビデオについても同様である。筆者らが関西協会コーチ委員会で作製した基礎編と応用編（基礎編1995年、応用編1997年）が、ラグビー協会として作製されたはじめてのコーチングビデオである。その後日本ラグビー協会が制作するが、コーチ資格との関連性はない。しかも、これらの指導書やビデオを持つ指導者がまだまだ少ない。これらの点がラグビー先進国と比較にならないところである。特に試合における精神的な面（あがりやあせり、早い判断力など）での対応では、日本独自の生活習慣からくる、ものの考え方などを試合場面でどう適用させていくかという問題も考えていかなければならない。たとえばサンフランシスコ地震では、地元（現場）の消防団長が即座に指揮を取り、直ちに行動を起こして救助活動を行っている。しかし、阪神大震災では、知事の要請がないと自衛隊の出動もままならない。その為に救助活動もずいぶん遅れたと聞く。また震災直後の政府の対応も対策本部を現地に近い大阪に置いて現状を見つめながら対応する必要があると思われるが、これも出来ていない。物事を考える基盤を検討しなおす必要があるのではと思わざるをえない。このように生活習慣や文化の違いから物事の判断能力が変わることも視野に入れることが必要であろう。

日本代表チームは、過去の対外試合のデータ等から「形」にはまった時には大変強い力を発揮することが出来るが、突発的なプレー事象への対応が悪くこの点が弱点とされてい

る。常に規格にはまった約束事でしか物事を推し進めることが出来ないようでは素早い判断能力は育成されない。千変万化なプレー事象が多々起きる中で進められていくラグビーの試合では、いわゆる読みや、カンを含めた即応が必要であり、日常の生活習慣やグラウンドでの練習等でこれらを身につけさせるコーチングが必要である。

第2回W杯で優勝を果たしたオーストラリアの代表監督であったボブ・ドワイヤー氏は、来日した講演で次のように述べている。「ラグビーは、1つのボールで30人もの選手が入り乱れて戦う複雑な競技であるが、それぞれの要素を見ていくと1つ1つはシンプルです。徹底的に研究して断片に分解し、再び組み込んだものに組み立てる」。これがコーチの仕事である。これは画家の仕事と似ているかもしれない。絵の複雑な色合いも、元は単色です。それをどう混ぜ合わせ、微妙な色彩を出すか、筆やはけも選ばねばなりません。すべてを分析し最高の組み合わせを探していく。うまくいくと芸術品が生まれるわけです。具体的な話をしましょう。私が練習で口を酸っぱくして言うのは「相手のことを考えてプレーしろ」です。どう攻撃すれば相手が守りにくいのか、迷わせるか、守りも同じです。どういうタックルにいけば攻撃側が嫌がるか、常に頭におくことを要求します。つまり、アタックとディフェンスは表裏一体。攻撃の練習は守りの練習でもあるわけです。攻撃、守備一方しか考えない練習は何の意味もありません。少し見ただけですが、日本のやり方が気になりました。第2回W杯（1991年）のワラビーズ（オーストラリア代表チームの愛称）は、ドリフトディフェンスという戦法が成功して優勝しましたが、最初からドリフトと決めていたわけではありません。相手を研究する過程でそのスタイルになったわけです。最初から形やサインプレーを固定して考えるのは危険です。ワラビーズに特別な練習法があるわけではあ

りません。ボックスなら最初の30分は単純なパス練習です。基本がすべてで、サインプレーはその後です。間違っただけ練習はいくら繰り返してもだめ。正しい努力こそが結果をもたらします。ラグビーに魔法使いの処方せんはありません。（1994年3月8日（火）朝日新聞夕刊）と述べている。

ボブ・ドワイヤー氏が前述した「日本のやり方が気になりました」と言うのは、練習で日本は相手をつけずに行うことが多いところを指摘している。試合場面での素早い対応、判断能力や技術は試合を想定した練習の中に生まれてくる。

日本ラグビー協会が示したコーチング指針のChapter 6で世界で戦うためのプレーヤー像として掲げられているものに、いかに早く近づけていくかが問題点でもあるが、1998年に日本ラグビー協会のテクニカル部門が諸外国から情報を得てまとめた日本代表チームを世界の対戦チームがどう見ているのか、これも大切な部分であるので述べておきたい。

日本代表チームの強みの部分

攻撃面一・仕掛けと展開の早さ

- ・セット（スクラム・ラインアウト）からの高速アタック
- ・多様なバリエーション

防御面一・組織的な防御力

- ・素早いシャローディフェンス

日本代表チームの弱みの部分

攻撃面一・意図したボールが出てこない時の攻撃力の低下

- ・セットプレーでのプレッシャーを受けた時の攻撃法

防御面一・1対1の防御力

- ・キック処理
- ・カウンターアタックに対する防御力
- ・ドライビングモールの対応

まさに前述した千変万化なプレー事情への対応のまずさを的確に指摘されている。特にディフェンスについては、いわゆるタックルしようとする気構えに大きな問題がある。根性論を否定する傾向が近年のスポーツ界にはあるが、本当にそれでよいのだろうか、コーチングも、「ほめ上手」「叱り上手」などが中心となっているが、日本人の持つ辛抱強さなどの特徴を生かした根性論も時には必要ではないか。また第4回W杯の日本代表チームの強化委員としてチームに携わり、テクニカル分野でも活躍された勝田隆氏は、著書（知的コーチングのすすめ、2002年9月20日大修館書店）の中で「世界で戦うために必要な能力とは」一見ストレスを感じるような場面や突発的な未知の場面に遭遇した時でも常に自分自身のすべきことを見失わず、その状況をポジティブにとらえて楽しめるような能力がなければ世界の舞台では戦えないと言っている。自身の経験論からである。また第4回W杯でフランスを準優勝に導いたフランス代表チームのコーチで、現在IRBのデベロップメントマネージャーでもあるピェール・ヴィルプルー氏は、ゲームをイメージした練習法を開発し指導を行っているコーチとして世界的に有名である。氏は、ゲームには失敗がつきものであるから、つきものの失敗を何回も模擬体験することでゲームでのスキルや戦法を体得させて行こうとしている。まさに日本の選手に必要な練習方法である。日本代表チームも今年からピェール・ヴィルプルー氏の指導を受ける方向で検討されている。日本代表チームだけでなく、日本のあらゆるチーム、選手に対して今後どのように日本人の持つ特長を生かした独自の対応法を構築していくか、そしてそれらに対応していける人材確保の為の普及活動をどうしていくのか、コーチングシステムの構築と新たな指導マニュアル作りが早急に必要である。

問題点Ⅲ 普及育成活動とグラウンドの確保

ラグビー先進国では、地域クラブを中心にラグビーが発展して来たという経緯もあって、5才の子供達（ニュージーランドでは、ミゼットと呼ばれている）から楕円のボールに親しんでおり、順次ミニ・ラグビー（小学生対象）、ジュニアラグビー（中学生対象）へと早くから一貫した指導が行われている。日本において低年齢層の子供達にラグビー指導が始められたのは約30年前からで、各地に「ラグビースクール」が誕生してからのことであり、全国的な展開を見せ始めたのはわずか10数年前からである。指導書も1988年に日本ラグビー協会がイングランド協会発刊の「Mini Rugby」を翻訳しアレンジしたものであり、以後ミニ・ラグビーでは、小学校1, 2年生を対象とした5人制, 3, 4年生を対象とした7人制, 5, 6年生を対象とした9人制を充実させている。また、約10年前からタグ・ラグビーがイングランドから入って来たのをきっかけに、小・中学生（男女共）を対象に盛んに行われるようになった。日本ラグビー協会普及育成委員会では、このタグ・ラグビーによる普及活動に力を注いでいる。

タグ・ラグビーとは、1990年代はじめにイギリスのデボン州で生み出された新しい形のラグビーで、タックルなどの接触プレーを一切排除しているため誰でも安全に楽しむことができるゲームである。プレーヤーは、腰にベルトを着け、そのベルトの左右にマジックテープで2本のタグ（リボン）が着けられている。タックルの代わりにタグを取ることで相手の前進を止める。タグを取られたらただちにパスをしなければならない。またタグを再びベルトに着けるまでは、プレーに参加することが出来ない。このような条件下で、ボールを後ろへ後ろへとパスしていくのでどのプレーヤーにも自然にボールが渡り、パスを次々

とつないでいく中で友達との関わりも深まっていく。ボールを抱えて走り回ることから運動量も豊富で敏捷性やバランス感覚を養うのにも適している。ラグビーは、コンタクトスポーツであるが、出来るだけコンタクトされないようにして連続攻撃をし、得点に結びつけるスポーツでもある。素早い判断力と素早い攻撃の仕掛け、攻撃側のバリエーションを守り抜く為にディフェンスの乱れを起こさないよう位置取りをする。これらを培うための力を養う方法として優れたゲーム感覚のスポーツとして最適である。

日本ラグビー協会は、2004年“みんなでトライ”を合言葉としたタグ・ラグビーを教える指導者の為のガイドブックとDVDを作成して普及に努めている。また2005年3月には、タグ・ラグビーの全国大会も実施される。

中学生を対象としたジュニアラグビーの普及活動では、“はじめてのラグビー”と名打って中学生になってからでも十分楽しめるラグビーを普及させる為に講習会を開催しており、今年で3年目を迎える。中学生ラグビーの健全な普及発展と中学生相互の交流を目的に開催されてきた全国大会も2005年1月、第10回という記念すべき大会を迎えた。しかし、ジュニアラグビーへの参加人口はすこしづつ減少の傾向にある。その大きな理由は、中学校でラグビーを指導出来る教員が少ないことがあげられる。中学校では部活動を行おうと思っても指導者がいないと部が存在しない。おのずと部が存在する種目のクラブに入部するようになってしまう。高等学校においても同じ悩みがある。ラグビーを例にとると、小・中学校での経験を持つ子供だけが高校においてラグビーを続ける傾向にあり、強豪チームに一局集中するようになってしまっている。

日本のトップリーグでプレーする選手の5割以上がスクールやジュニアラグビーからの経験者である。このような状況を踏まえた上で、多くの人材を確保する為に普及活動を活

発に行わなければ日本ラグビーの将来はない。経費削減で普及活動に要する費用にも限度があるが、何か良い施策がないかアイデアを募ることも必要と思われる。

平成17年度、第85回全国高等学校ラグビーフットボール大会予選参加校（チーム数）は、940校（単独校865、合同校チーム75）であり、ピーク時の1490校（すべて単独チーム）から激減している。ラグビーというスポーツは、3K（きけん、きたない、きつい）と言われて敬遠されてきた。これを今後どのように日本ラグビー協会が掲げるスローガン（ラグビー競技を誰からも愛され、親しまれ、楽しめる人気の高いスポーツにする）に近づけるかが大きな課題である。

近年、日本では人工芝によるグラウンドの普及が進み、ラグビー、サッカー、アメリカンフットボールなどに使用されている。従来の人工芝と違って安全面や使い心地も良く、メンテナンスも簡単で費用もあまりかからない。よく問題になっているグラウンド周辺の住家に対する砂埃などでの迷惑問題も解消できる。設置費用は高額であるが、約10年の使用補償もあることから増々普及していくものと思われる。人工芝の普及がなされることで「きたない」ことや「きけん」の問題も多少なりとも解消されると思われるし「きつい」を「安全で楽しい」に切り換えることの出来る資格を有するコーチの養成が急務である。

まとめ

日本ラグビー協会は、2015年第8回W杯を日本で開催するため、新たな招致活動を進めている。この大会を成功裡に終わらせる為には、日本代表チーム（ジャパン）が1つでも多くの勝利を得なければならない。今回第5回のW杯を終えて今だ1勝しか勝利をものにしていないジャパンに、どんな問題点が挙げられるのか、「強いジャパン」を作るために

問題点を探ってみた。スポーツ選手に必要な競技力には、体力的要因、技術的要因、精神的要因、知的要因が挙げられるが、体力的要因については各種トレーニング等の普及により大きな問題点はなく、また技術的要因においても、近年著しい発展を遂げているためさほど大きな問題点は見られないので省略をした。短期的な対策の難しいと思われる次の3点について検討をした。

1. コーチングシステムについて

2000年9月文部科学省が「スポーツ振興基本計画」を策定し、我国の国際競技力向上に必要な施策として「一貫指導システムの構築」を必要不可欠な施策の第1項目として示した。日本ラグビー協会も、競技者育成と指導者養成は、将来の日本ラグビーの発展に欠かせない両輪とも言うべき重要な施策であることから「JRFUコーチングの指針」を作成し、一貫した指導のあり方について明示した。今後は日本ラグビーに関わるすべて指導者に、この指針に沿った指導の展開が求められるとしている。ラグビー先進国に遅れをとっての施策ではあるが、この充実が国際競技力に寄与することは間違いない。問題は、これをいかなる方法で、いち早く全国的に普及させるかである。ラグビー先進国では、各々の協会が多くの有給コーチを有し普及指導にあたっている。日本はボランティアで、コーチ委員会・普及育成委員会が行っており、ボランティアでどこまで徹底できるのか問題である。有給コーチを多くさん配属するためには多くの費用を要する、また協会はそのための財源を捻出しなければならない。スポンサーを集めることや、観客動員をはかるなど考えられることは多々あると思われるが、現状で何が出来るのか、我々ラグビーに携わる者が努力しなければならない。コーチの資格制度の確立とその活用についての問題点が今後の課題となる。

2. 独自のコーチングマニュアル作成に向けて

日本にラグビーが導入されて100有余年、コーチングマニュアルや、ビデオ等についてはほとんどが発祥国イングランドやラグビー先進国で作成されたもの、または、それらをアレンジしたものを使用してきた。しかし、各々の国には、それぞれ長い年月を経て戟われてきた国民性や身体的特徴がある。このような特徴を生かした独自の戦術・戦法や指導法などを構築すべき時が来ているのではないだろうか。選手自身の身体能力、技術能力、精神的能力、知的能力などから来る判断力、行動力、決断力などが十分養われていないと突発的に起きるプレー事象への対応が出来ない。これらの対処能力、対応能力がゲームにおける勝敗に大きく影響してくるもので、日本選手の弱点であるこれらの能力をつけるための練習方法や日常生活での訓練が必要である。この点を改善させるためのコーチングやコーチングマニュアルの作成など日本独自のものを作り上げる必要がある。

3. 普及育成活動とグラウンドの確保

一貫性指導システムが構築され、すこしづつ普及活動も充実されつつあるが、グラウンド（芝、人工芝）の確保がまだまだ未開拓の部分であり、この問題を解決しなければ競技人口を増やすことや競技力向上を図ることは出来ない。土のグラウンドと芝のグラウンドでは怪我との関係からもプレースタイルが変わってくる。日本は、ほとんどが土のグラウンドでスポーツを行っている。特にラグビーは、雨天でも行われることもあり、3K（きたない、きけん、きつい）と言われ、子供達から敬遠されている。この3Kを少しでも“安全で楽しい”ラグビーにするために、“安全で楽しいラグビー”の指導が出来る資格を有するコーチの養成とグラウンド（芝、人工芝）の確保が急務な課題と言えよう。

スポーツにおける競技力は、体力的要因、技術的要因、精神的要因、知的要因が大きく影響するものであるが、近年日本のラグビー選手も体力的、技術的には向上が見られ、ラグビー先進国の選手と比較しても見劣りしなくなってきた。しかし、精神的な弱さと突発的なプレー事情への対応の悪さや、知的部分（ラグビーに関する知識）に欠ける点が問題点として上げられる。これらは、社会環境からくる日常の生活習慣が影響するところが大きいし、実体験、経験の豊富さなどが影響するものである。この点を十分に意識したコーチングマニュアルの作成やコーチの養成、また普及育成のシステム構築やグラウンドの確保などが急務の課題と言える。

[文 献]

- 注1) 日本ラグビーフットボール協会 (2002)
JRFUコーチングの指針 P2
- 注2) 日本ラグビーフットボール協会 (2002)
JRFUコーチングの指針 P2

- IRB ラグビー世界ランキング (2004)
(<http://www.irb.com/wr/>)
- IRB加盟国ラグビー競技人口 (2004)
(<http://old.rugby-japan.jp/IRB/irb99/irb-jinkou.html>)
- 日本ラグビーフットボール協会 (1997)
中学・高校の指導者のためのBASIC RUGBY (基礎編)
- 溝畑寛治 (1997) ニュージーランドだより
日本ラグビーフットボール協会
機関誌Vol.46-6 P.46～P.48
- 溝畑寛治 (1998) NZラグビー事情
日本ラグビーフットボール協会
機関誌Vol.48-1 P.37～P.40
- ニュージーランドラグビー協会 (1999)
PRINCIPLES of Rugby Coaching
- 勝田 隆 (2002)
知的コーチングのすすめ 大修館書店
ジャンビダ-ル著 石井信輝 訳 (2003)
図解フランスラグビーレッスン ベース
ボールマガジン社
- 日本ラグビーフットボール協会 (2004)
みんなでトライ
タグラグビーを教える指導者のためのガ
イドブック