

正課体育時におけるラグビーのハンドリング技能の 指導法開発のための研究

高森 秀蔵, 江田 昌佑

A Study to Develop Teaching Method of Handling Skill of Rugby in Regular Physical Education Class

H. Takamori and M. Eda

Abstract

The purpose of this study was to investigate how the student in regular physical education class acquire the handling skill in rugby.

The two handling skill test was conducted: the one test on the fifth and seventh school hour, the other test on 19th school hour in 1983. Subjects were 31 students in University of Tsukuba.

The results were follows:

1. With the increase in the pass distance, the time of keeping the ball become longer and the test score as a criterion of the accuracy of pass reduced.
2. The time of keeping the ball in controlled - speed run was shorter than in jogging speed run.
3. Approach and catching were important in passing motion if these two factors are improved, smooth rhythm of passing motion will be appeared.
4. The handling skill was seemed to be influenced by the experience of rugby.

研究目的

大学正課体育のラグビー受講生には、未経験者に限らず授業だけの経験者も、ある構えを持って受講している¹⁾。したがってその学習内容は、学生のニーズとラグビーの種目特性を考慮したものにならざるを得ない。ボールゲームの授業では“Whole-Part-Whole Method”²⁾が一般的で、ラグビー指導においてもその例が散見される^{3,4,5,6)}。

ラグビーゲームは本来的にはハンドリングゲームであり、ハンドリング技能の向上なしには、進歩発展は望むべくもない。体力水準は高いが、初心者が多い大学正課体育のラグビーでは、その技能の向上が受講生のゲームに対する興味と一致しない点が多い。

ゲームの中のパスは全て相手プレーヤーとの対応によってなされる。Ray Williamsは「より重要なことはいかに(How)よりも、

いつ（When）である」⁷⁾と述べている。また、直接的な相手のいない場面においても、技能の評価はパサーとレシーバーとの相互作用によってなされるために、コーチングにおいては、パス動作については軽視されがちであり、相手を引きつけて「いつ」パスするかのタイミングが強調される。

指導書においても「パスはレシーバーの前に」「手を伸ばしてキャッチ」「大きくスイング」等のキー・ファクターのみの記述で^{8,9,10,11,12)}、腕のスイングの際の肘の使い方まで、詳しく解説しているものはJim Walles¹³⁾、和田政雄¹⁴⁾、Craven¹⁵⁾、江田昌佑¹⁶⁾等によるものである。

ハンドリング技能では、相手との対応である状況判断が最も重要であるが¹⁷⁾、パス動作だけの研究についてみても、スクラムハーフのパスが若干散見されるが^{18,19,20)}、サイドパスについては梶野克之²¹⁾、谷村辰己²²⁾があるにすぎない、本研究では、Jim Walles、梶野克之、Jim Greenwood が述べるパス動作を参考にしながら、大学正課体育のなかで、両手によるランニングサイドパスの指導を行い、授業時間中のスキルテストを通して、正確性の指標としての得点、パスの動作時間による客観的資料と教師の主観的評価から、ハンドリング技能の習得過程を明らかにし、ハンドリング技術指導の一助にしようとするものである。

研究方法

(1)調査対象；ラグビー受講学生（筑波大学昭和58年度入学、人文学類・社会学類・人間学類・比較文化学類）1クラス31名、対象学生のラグビー歴は、クラブ活動での経験者2名、授業での経験者16名、未経験者13名である。

(2)調査期間；4月22日～12月9日までの19時限である。

(3)調査内容；第5時限目に、図1の条件で、

第1回目のランニングでの、両手によるサイドパスのスキルテストを行った。試技数は5mでのジョック3回、パスできるコントロールスピード3回、8mでのジョック3回、コントロールスピード3回の計12回である。

収録したVTRにより、キャッチングからリリースまで（ボール保持時間）の時間の算出と教師の主観的評価を行った。正確性の指標となる得点は、図1に示した実験場面で、的から10m離れた位置からスタートして、的の3m手前でパサーからのパスを受け、5mと8mの距離に置かれた的にパスさせた。その結果、的の枠内を通過した時（2点）、的枠に触れた時（1点）、その他（0点）として得点化した。

第7時限に第2回目のスキルテスト、第19時限に、図2の条件で第3回目のスキルテストを行った。

図1の条件と異なる点は、パサーの位置的に置かれている線に1m近づけたことである。その意図は、ゲームの段階が12人制ゲームになっており、相手のプレッシャーも強く、必然的により早くパスすることが要求される。従って、学習内容としてもより早くパスすることを学習してきたので、その成果を見ようとしたものである。試技回数は各条件で2回、計8回行った。

(4)処理；正確性の指標である得点をクラブ経験者、授業経験者、未経験者群に分けて集計し、平均値、標準偏差を算出し、群間、各テスト間で有意差検定を行った。

VTRによりボール保持時間を算出し、平均値、標準偏差を求め、群間、各テスト間で有意差検定を行った。

教師による主観的評価は「良い」「悪い」に分けた。パス動作はアプローチ、キャッチング、腰の開き、腕のスイング、目の向きの5局面から評価した。各テストごとに、全試技良い評価を得た者と、1/3以上の試技悪い評価を得た者の率を算出した。

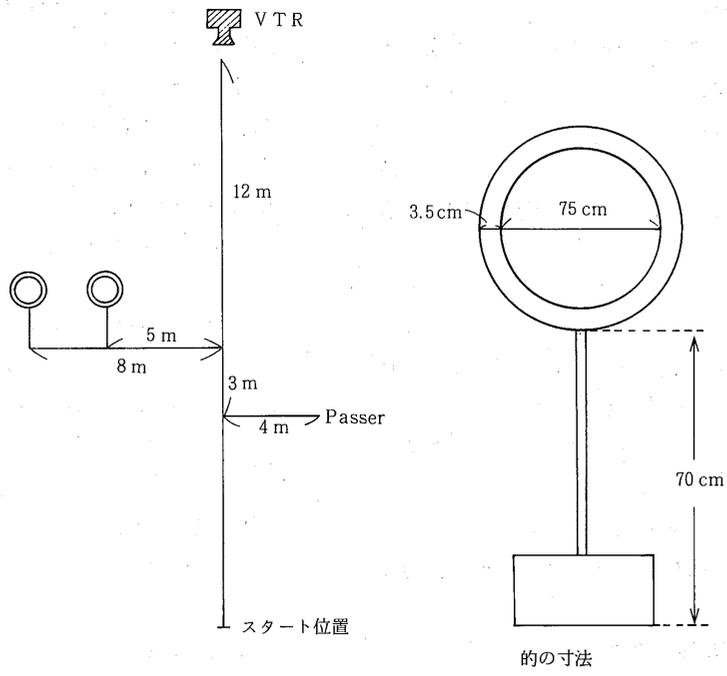


図 1 実験条件 1)

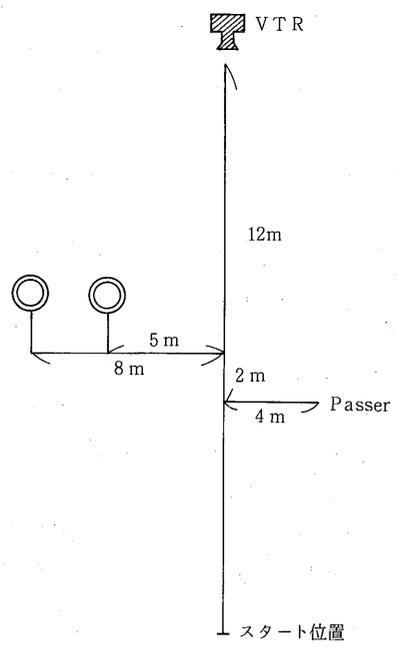


図 2 実験条件 2)

結果と考察

第1表は各条件での試技による、正確性をみるための指標としての得点を群別に分類したものである。

第1回目（5時限）と第2回目（7時限）を比較する上での、関連ある第6時限目の教授内容は次のとおりである。

1) 第1回目のスキルテストのVTRより、各自のキャッチングとリリースのフォームを各2枚プリントアウトし、教師の示範と比較し、改善すべき反省材料とした。

2) 教師の示範の留意点は次のようである。

①ボールに対してのアプローチは、ゴールラインに向かうようにすること。その方がボール保持時間が短かく、早いパスアウトが可能である²⁴⁾。

②ボールの飛来する方向に手を伸ばし、身体に近い方の手で受け止め、遠い方で素早く押さえ、その位置から腕のスイングを開始するようにする。その一連の動作でパスできない人は、一度身体に引く動作をしてから、ボールが飛来した方へ引きもどして、腕のスイングを開始する。

③腕のスイングは、右肘をやや曲げて、できるだけ身体に近い位置でスイングするようにする。そのためには身体を前傾し、パスする方向に上体を捻るとスムーズなスイングが可能となる。リリースの瞬間は両手の手のひらを、パスする方向へ同等の力で向けるように押し出す。

④上体の捻りに合わせて、必ず目標を注視してボールを送り出すこと。上体の捻り（＝腰の開き）については種々の意見があるが^{26, 27)}、ここではJim Greenwood²⁸⁾の意見が初心者レベルにふさわしいと判断し、パスする方向へやや踏み出して、腰の開きを助けるよう指導した。

1回目と2回目の全体での有意差は、8mでのジョックのみ5%水準での有意差が認められたが、他では有意な差は認められなかつ

た。しかし、全体の得点は2回目の方が全ての条件で高い平均値を示している。また表中では明らかにされていないが、1回目より得点が低下した者はわずかに3名であることから、ビデオプリンターによる動機づけや、動作を5つの局面に分けて、各自でチェックしながらの学習内容が適切だったことが窺われる。

2回目と3回目の比較では、5mでのジョック、8mでのジョックに有意な差が認められ、また5mでのコントロールスピード、8mでのコントロールスピードでも得点が低下した。このことは、実験条件の違いもあると思われるが、19時限頃の学習内容は、走っている味方プレーヤーに走りながらパスすることが主であったので、慣性の法則にしたがい、走る速さと方向に関係してボールの飛ぶ方向が変化するという感覚を無意識のうちに身につけたものと考えられ、本研究で採用した目標物を固定する実験条件に、素早く適応できなかったためと思われる。またこのことより、ハンドリング技能はレシーバーの位置とスピードを考慮してパスする、タイミングコントロールが大きく関与していることを示唆している。

クラブ経験者が少ないために、群間での有意な差は認められなかったが、授業経験者と未経験者間に、5mでのジョックの3回目と5mでのジョックの合計に、5%水準で有意な差が認められた。このことは、ラグビー経験の差がハンドリング技能に影響した結果と思われる。

第2表はキャッチングからリリースまでのボール保持時間を表わしたものである。

全体で時間の短縮が有意な差となって認められたのは、8mでのジョックの2回目と3回目間、8mでのコントロールスピードでの2回目と3回目間である。時間の増加が有意な差となって認められたのは、5mでのジョックの1回目と3回目間、2回目と3回目間、

第 2 表 ボ ー ル 保 持 時 間

実験条件	被験者		ク ラ ブ		授 業 経 験 者		未 経 験 者		計					
	X	SD	N	X	SD	N	X	SD	N	X	SD	N		
5 m	ジョック	1	0.28	0.03	2	0.36	0.05	11	0.32	0.05	10	0.34	0.05	23
		2	0.26	0.04	2	0.38	0.08	15	0.36	0.05	11	0.36	0.07	28
		3	0.57	0.16	2	0.50	0.14	15	0.48	0.09	12	0.49	0.12	29
		T	0.37	0.17		0.41	0.08		0.39	0.10		0.40	0.11	
	コントロールスピード	1	0.27	0.02	2	0.34	0.04	11	0.34	0.06	10	0.33	0.05	23
8 m	ジョック	2	0.26	0.03	2	0.36	0.07	15	0.33	0.05	11	0.34	0.06	28
		3	0.35	0.01	2	0.38	0.08	15	0.44	0.10	12	0.40	0.09	29
		T	0.30	0.05		0.36	0.07		0.37	0.09		0.36	0.08	
		T	0.33	0.13		0.39	0.10		0.38	0.09		0.38	0.10	
	コントロールスピード	1	0.46	0.05	2	0.51	0.06	11	0.50	0.11	10	0.50	0.08	23
8 m	ジョック	2	0.43	0.07	2	0.66	0.12	15	0.55	0.10	11	0.60	0.13	28
		3	0.55	0.20	2	0.50	0.12	15	0.48	0.06	12	0.50	0.10	29
		T	0.48	0.11		0.56	0.13		0.51	0.09		0.53	0.12	
		T	0.34	0.03	2	0.44	0.08	11	0.45	0.05	10	0.44	0.07	23
	コントロールスピード	2	0.36	0.06	2	0.49	0.08	15	0.45	0.05	11	0.47	0.08	28
8 m	ジョック	3	0.32	0.02	2	0.43	0.09	15	0.44	0.08	12	0.43	0.09	29
		T	0.34	0.04		0.46	0.09		0.45	0.06		0.44	0.08	
		T	0.41	0.11		0.51	0.12		0.48	0.09		0.49	0.11	
		T												
	コントロールスピード	5mジョック2-3	5mジョック2-3	5mジョック1-2	5mジョック1-2	8mジョック2-3	8mジョック2-3	8mコントロール2-3	8mコントロール2-3	5mジョック1-3	5mジョック1-3	5mコントロール1-3	8mジョック1-2	8mジョック2-3

授 業 - 未 経 験

※※ 5%水準

5 mでのコントロールスピードの1回目と3回目間、8 mでのジョックの1回目と2回目間である。

予測に反して、正確性を評価する得点は3回目が悪い結果となったが、長い距離でのボール保持時間が短縮したことは、ハンドリング技能の一面での習熟と解したい。

有意な差とは認められないが、5 mと8 mでのボール保持時間に0.11秒の差がある。このことはボールを遠くに投げようとして、腕を大きくスイングしたためと思われる。梶野の研究²⁹でボールの飛来する方向に向かってキャッチした時、パスのためのスイングが大きくならざるを得ない結果、真すぐや流れてボールをキャッチすることよりボール保持時間が長くなることと同様の傾向を示した。

有意な差は認められないが、ジョックとコントロールスピードの間では、5 m・8 mともにコントロールスピードのボール保持時間が短い。このことはキャッチングからリリースまでのパス動作は、歩数とスピードに関連したリズムでなされていることを示唆している。

クラブ経験者は1回目より2回目がわずかであるが、ボール保持時間が短かくなっている。3回目においても5 mでのジョック以外は、他のグループに見られるようなボール保持時間の差はない。このことは、他のグループより、一連の動きとしてのパス動作を体得しているものと思われる。

第3表はVTRの資料をもとに、教師がハンドリング技能を主観的に評価したものである。パス動作を5局面（アプローチ、キャッチング、腰の開き、スイング、目の方向）に分けて「良い」「悪い」の評価をした。Oの欄は全試技「良い」の評価を受けた者の数と率である。Xの欄は全試技の1/3以上「悪い」の評価を受けた者の数と率である。

全体的には、スキルテストを重ねるにしたがって、「良い」評価の率が高くなり、「悪い」

評価の率が低くなっている。特にアプローチと目の方向が100%に近く「良い」評価を得ている。目の方向は的に向ってパスするという条件のために、必然的に「良い」評価を得たと思われるが、アプローチは学習効果の表われと思われる。

多少のばらつきはあるものの、「良い」評価を得た者はクラブ経験者・授業経験者・未経験者の順となり、「悪い」評価を得たものは未経験者・授業経験者・クラブ経験者の順となることは、ハンドリング技能にラグビーの経験が影響していることを示唆していると思われる。

1・2回目ともに正確性やボール保持時間にグループの平均値で差が見られた。このことは、キャッチングからリリースまでの動作に欠点があることを示しており、15~17時限目にこの矯正法として、歩数とスピードに適応したランニングパスの練習を行なった。

Jim Greenwood³⁰は「パスの時の軸足は、パス方向に踏み出せばレシーバーが見えて、パスは安定する」と述べている。また梶野の研究³¹では、縦のコースが「キャッチングが安定している」とあることから、初級者レベルには、この2点を結びつけて指導することが望ましいと考えられる。

上記の観点から、学習課題は2歩助走と3歩助走の2つとした。両者のうち、自分に合ったものを選んで行なわせた。右方向からボールが飛来する場合を説明すると

①2歩助走；ボールが飛来する方へ向うようにして、左足をやや踏み込むようにし、手を伸ばしてキャッチし、直ちに右足をパスする方向へ踏み出してパスする。

②3歩助走；ボールの飛来する方向へ右足をやや踏み込んで手を伸ばしてキャッチし、左足・右足の順でパスする方向へやや踏み込んでパスする。

定量的に表わすことができないが、教師の主観的な評価では、キャッチングが良くなっ

第3表 主観的技能評価

実験 被験者	1回目 (N=23)					2回目 (N=28)					3回目 (N=29)				
	A	C	H	S	I	A	C	H	S	I	A	C	H	S	I
クラブ	○	2		2	2	2	1	2	1	2	2		1	2	2
	%	100		100	100	100	50	100	50	100	100		50	100	100
授業経験者	×														
	%	5		1	11	11	1		9	15	11	5	6	7	15
未経験者	○	45.5		9.1	100	73.3	6.7		60.0	100	73.3	33.3	40	46.7	100
	%	4		7	7	1	1	8	4	4	3	3	1	3	3
計	×	36.4		63.6	63.6	6.7	6.7	53.3	26.7		20.1	6.7	6.7	20.0	
	%	4	1	1	10	10	4	2	4	11	12	1	2	5	10
計	○	40.0		10.0	100	90.9	36.4	18.2	36.4	100	100	8.3	16.7	41.7	83.3
	%	3	9	5	6	3	3	3	2	2	5	5	2	2	2
計	×	30.0		60.0	60.0	27.3	27.3	27.3	18.2		41.7	16.7	16.7	16.7	
	%	11	2		4	23	6	4	14	28	25	6	9	14	27
計	○	47.8		17.4	100	82.1	21.4	14.3	50	100	86.2	20.7	31.0	48.3	93.1
	%	7	19	11	13	4	4	11	6	6	5	5	3	5	5
計	×	30.4		56.5	56.5	14.3	14.3	39.3	21.4		17.2	17.2	10.3	17.2	
	%			47.8	47.8										

局 面

A アプローチ
 C キッチング
 H 腰の開き
 S スイング
 I 目の方向

主観的評価

○ - 良い
 × - 悪い

た者は、腰の開きやスイングがスムーズな動きになり、リズムカルなパス動作となる傾向が窺えた。

図3、図4はリズムカルなパス動作とキャッチングが悪くリズムカルなパス動作にならない者の典型的な例である。

図3は3歩助走でのリズムカルなパス動作の例である。ボールの飛来する方向を向いて、手を伸ばして左足着地でキャッチし、そのまま身体に引き寄せ、右足・左足と動かした時にボールをスイング開始位置に動かし、右足をややパス方向にやや踏み込むと同時に、スイングを開始している。

図4はキャッチングが悪くて、リズムカル

な動作にならない例である。ボールの飛来する方向に身体を向けて、手を伸ばさないで身体の正面でボールをキャッチしている。そのために足の運びに合わせたボールの引き寄せとスイングがなく、スイング開始を手の動きでなく、身体をパス方向に大きく踏み込むことで行ったために、両手でスイングできなくて、片手（右手）だけでボールを送り出す結果となっている。

結論

ハンドリング技能の正確性を客観的に評価する手段として、固定した的を用いたところ、ボールの慣性を考慮した者としらない者に差が

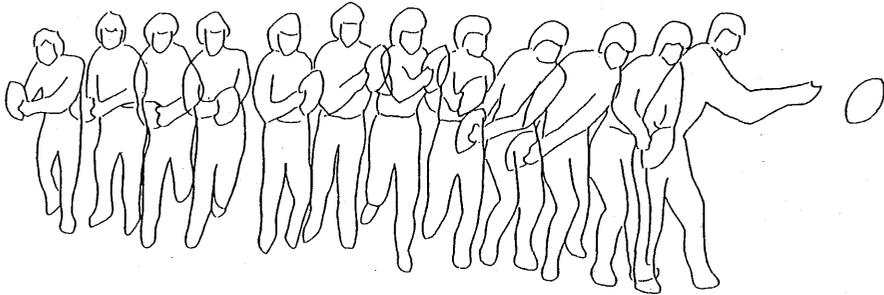


図3 リズムカルなパス動作

$\frac{1}{20}$ sec

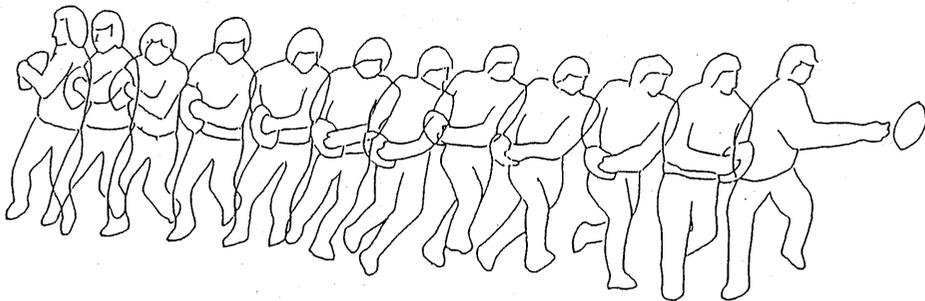


図4 リズムカルでないパス動作

$\frac{1}{20}$ sec

生じたために、妥当な正確性を評価する方法とは断定できないが、次のようなことが明らかになった。

(1)パスの距離が遠くなるにしたがって、ボール保持時間が長くなり、正確性の指標である得点も低下する。

(2)ジョックよりもコントロールスピードの時のほうが、ボール保持時間は短かく、パス動作は歩数とスピードに適応した一連の動作でなされている。

(3)パス動作の局面では、アプローチとキャッチングが重要であり、この点が改善されると一連のパス動作がスムーズに導き出される。

(4)ハンドリング技能にはラグビー経験が影響している。

本研究の結果では、主観的な評価は授業時間を経るにしたがって向上した。客観的な評価では、実験条件の変化に対する被験者の対応のとまどいがみられ、著しい進歩はみられなかった。今後はゲーム内容に応じて、ハンドリング技能を集中的に練習する方法の改善や、より妥当性の高いハンドリング技能の評価法を検討していきたい。

引用文献

- 1) 高森秀蔵 「受講学生のタイプと自己課題化—解決法……ラグビー」大学体育研究第3号 筑波大学 1981 p 172 - 185.
- 2) 佐々木久吉 「球技指導試論」体育学研究18 巻5号 日本体育学会 1974. p 243 - 252.
- 3) Rugby Football Union [Better Rugby] Walker & Co. 1973.
- 4) 江田昌佑 「新・実技指導講座—ラグビー」新体育VOL47-12 VOL48-3.
- 5) 高森秀蔵 「ラグビー」大学体育教本 筑波大学 1977. p270 - 282.
- 6) 江田昌佑・高森秀蔵「現代スポーツコーチ実践講座8 ラグビー」ぎょうせい 1982.
- 7) Ray Williams [Skilful Rugby] Souvenir Press Ltd 1976 p64.

- 8) 日比野弘 「ラグビー」ベースボールマガジン 1980. p 35-36.
- 9) 大西鉄之祐 「最新ラグビーフットボール」不昧堂 1974. p 122.
- 10) John Dawes [John Dawes; Rugby Union] Pelham Books 1975 p9-12.
- 11) Rugby Football Union [A Guide For Players] Walker & Co 1974 p22-24.
- 12) 大西鉄之祐 「ラグビーの技術」鶴書房 1974. p 125.
- 13) Jim Walles [The Rugby Game] A Reed Book 1976 p28-31.
- 14) 和田政雄「ラグビー指導法の研究(その2)」明治大学教養論集 44 1968. p91-105.
- 15) D. H. クレイブン 大西鉄之祐・大竹正次・阿部伸郎訳 「現代ラグビーの戦術と戦法」ベースボールマガジン 1979. p 117 121.
- 16) 江田昌佑 「図解コーチラグビー」成美堂 1968. p 48-49.
- 17) 高森秀蔵 「ラグビー」大学体育研究第4号 筑波大学 1982. p 55-63.
- 18) 伊与田康雄 「ラグビーにおけるパスの分析的研究—(スクラムハーフ)パス」体育学研究 9-1 1963. p 183.
- 19) 松岡敏男 「スクラムハーフのスピンプスについての考察(1)」日本体育学会第31回大会号 1980. p 617.
- 20) 齊藤直樹 「ラグビー (スクラムハーフのパス)」日本体育学会第34回大会号 1983. p 575.
- 21) 梶野克之 「ラグビーの基礎技術に関する研究—クイックパスについて—」独協大学教養諸学研究 4 1972. p 193 - 205.
- 22) 谷村辰己 「ラグビーのパスに関する研究—正確さと距離の関係について—」体育学研究 15-5. 1971. p 221.
- 23) Jim Greenwood [Total Rugby] Lepus Books 1978 p54-61.
- 24) 前掲書(21) p 196.
- 25) 前掲書(14) p 92.
- 26) 前掲書(15) p 120.
- 27) 前掲書(11) p 24.
- 28) 前掲書(23) p 54.
- 29) 前掲書(21) p 197.
- 30) 前掲書(23) p 55 - 56.
- 31) 前掲書(21) p 200.
- 32) 前掲書(21) p 200 - 201.