

2017 年度 22 歳以下男子日本代表 活動報告

総括

2017 年度 22 歳以下男子日本代表は、大きく 3 つの目標を掲げ活動した。

1. ASPAC 優勝⇒達成
2. 日本代表若しくは同等レベルの海外チームからの勝利⇒未達成
3. 2018 年度日本代表選手の輩出（15 名）⇒進行中

22 歳以下日本代表（U22）は、チームコンセプトであるオフense効率（数値として表すのであれば、得点/ポゼッション回数）にこだわるという点から、技術・判断・フィジカル・フィットネスの能力を向上することを優先的に活動してきた。

また、今後世界大会にて日本代表が上位に食い込み続けるために必要と思われる要素を抜き出し強化を行った。具体的には現状男子ラグロス競技において普遍的に必要とされる基礎的な技術・戦術（以降“ベース”と記載する）の落とし込みを実施した。これらは（大学生から競技を始めるといふ事情を考慮すると仕方ない部分もあるかもしれないが）現状日本国内にてあまりフォーカスされておらず、結果ゲームにおいて様々なロスが発生している。これらが世界大会などにおいてはフィットネス・フィジカルの消耗に繋がり更にプレー精度が下がりロスが増えるという悪循環に陥ることが過去散見されている。これらの課題を本来であれば各地区・大学での新入生育成活動を通じ克服することが理想だが、現状においてはそのような状況に至っていない為 U22 代表活動での重点項目とした。

これらについては特に ASPAC において一定の成果を得ることが出来たと認識している。具体的には（強度の低い試合が幾つかあった事実はあるものの）フィジカリーな戦いを続けたにもかかわらず最後の決勝戦まで怪我による離脱者を出さなかったこと、決勝戦にて過度にリスクを負わない確実な形のプレーを 80 分間継続し勝利したこと等があげられる。

一方で、本 U22 代表チーム所属選手がベースの部分の修得しきったとは言い難い。これは ASPAC 後一定の期間を空けて実施された USA Starz 戦を通じ本代表活動から一定期間離れるとベース能力が著しく低下することが見られた。

国内・国外通して、最後まで方向性をブラさず、ベース強化（スティックの扱い方やオフenseの考え方、DF のフットワーク等）を最後までやり通したことに、今回の活動の意味があると考えられる。ASPAC 優勝というものは、あくまでも結果であり、彼らはその結果を求めるために、やってきたことが、どれだけ重要なことなのかを知ってもらう必要があった。

ラグロスをするためには、ラグロスという競技を理解必要があるし、スティックを扱えないといけない。いくら体を大きくしても、スピードがあってもスティックを扱えなければラグロスにならない。日本独自の戦術だけでは、世界を見たときに限界がある。スティックを扱う技術、ここを疎かにしては絶対にいけない。この技術が高ければ、オフense効率だって、

シュート力だって、OF・DF スキルだって、容易に高めることができるだろう。

<ASPAC（強度の高い試合のみレビュー実施）>

1. 国外活動である ASPAC では、初戦に一番の山場であるオーストラリア戦があり、チームとしてこれまで拘ってきたオフェンス効率と技術面の徹底で勝負した。もちろんゲームプランは立てたが、クリアしたら AT にしっかりおさめる、オフボール時のポジションバランス、1on1 のインテンシティを高める、ボックスに強いパスを投げる、もう一個の選択肢を持つ、リバウンド・GB への予測及び反応する、1on1 抜かれないといった、当然のことを選手に伝えた。フィジカルの強い選手に対して、どれだけできるか、今までやってきたことがどれだけ通用するかが試された。1Q は相手に負かされるシーンもあり苦戦をしたが、2Q からすぐに修正しエキトラマンオフェンスの機会を活用し Q スコア 6-0 と突き放し勝利することができた。
2. 香港戦は、オーストラリア戦の反省点（DF 時のポジショニング、GB の確実な確保、また確保からの判断、選択肢の確立、もう一個）を試合の中でしっかり修正することができた。しかし、フライ等の初歩的なミスが初戦から改善されず、ベンチワークもチームの課題として修正する必要があった。
3. 韓国戦は、ASPAC 参加国の中で最もフィジカル能力の高い相手であることからプレー精度、特にパスの精度・レンジにフォーカスし試合に臨んだ。ゲーム中大雨が降るなど天候含め安定しない中でも課題のパス精度・レンジについてはある程度の成果を残すことが出来、大量得点・少ない消耗にて勝利することができた。ベースの部分強化した成果が分かりやすく出た試合の一つだった。
4. 決勝は、想定していたオーストラリア戦で、しっかりと相手分析も行い、チームの完成度（パスの精度を高めロスを減らす、シュートバリエーションをしっかり持ち、選択肢を持ち続ける意識、DF フットワークとポジショニング、ベンチワーク、メンタルコントロール）も高め臨んだ。MF 陣の DF を動かす（ずらす）プレイや選択肢の持ち方、自ら打開する能力で相手ゴールに何度も脅威を見せることができたが、シュート選択・精度が悪く得点は思った以上には伸びなかった。DF 局面では、相手のパワープレイに対するホールディングを前半に何度も取られ、マンダウンの機会を多く作られてしまった。試合終盤になれば 1on1 勝負になることは分かっていた。スライドを飛ばせばクリアでやられるし、1on1 勝負をすればファールを取られ、ファールケアをすれば、パワープレイで押し切られ、じりじりと点を縮められたがボールを失わず精度の高いプレー

をし続けることで最後はある程度の余裕をもって勝利することが出来た。この試合、有効オフェンス効率は28%という結果になったが、予選では全試合40%以上の有効オフェンス効率であった。活動当初から40%が一つの基準ラインとしていたので、国内初試合の13%からしたら、こだわってきた部分が形となったのではないかと思う。また、ASPAC優勝という目標を達成できたことは、大いに喜ばしいことであった。

強化方針

チームコンセプト

オフェンス効率にこだわる

【1】技術・判断・フィジカル・フィットネス全ての能力を向上した上で、シチュエーション毎に最適なプレー選択をすることによりチームは試合に勝利することができる。

【2】自チームの攻撃時にはそれがオフェンス効率の高さ（良さ）として、守備時には相手チームのオフェンス効率の低さ（悪さ）として現れる。

【3】本 U22 男子日本代表活動では、自チーム・相手チームの“オフェンス効率”という観点に着目し強化を進めていく。故に、各練習会・試合を通じオフェンス効率に関連したプレーデータを集計・分析する活動も行っていく。

オフェンス方針

1. オフェンス効率を上げる

※オフェンス効率とは、得点数をポゼッション回数で割ったもの。

- a) HFO 局面での得点効率を上げる。
- b) FFO 局面については体力的・技術的リスクがあるため積極的に創出することはしない
が、発生したものに関しては成功率を高める。
- c) 確率の高い選択肢を常に複数持ち続ける。

2. オフェンス回数を増やす

- a) 高いクリア成功率。ターンオーバー後は自陣であってもオフェンスとしてより多くの
選択肢を持ちプレーする。
- b) オフェンス中の GB・リバウンドを必ず確保

3. スティックスキル

- a) 常に選択肢を持てる姿勢とスティックの位置。
- b) 狭いスペースで扱えるスティックスキルを持つ。
- c) キャッチから次への動作まで連動させる。

4. オンボールスキル

- a) DF をずらす。
- b) ずらしながらの選択肢を豊富に持つ。
- c) スピードコントロールをする。
- d) シュート決定率を高める

5. オフボールスキル

- a) シュートエリア、または得点に繋がるエリアでボールを受ける。
- b) DFに“危険な存在”と認識させる。
- c) オンボールプレイヤーの選択肢を補佐する。

6. 2 man game

- a) ピック&ロール。
- b) DFとの駆け引き。

ディフェンス方針

1. 相手のオフense効率を下げる

- a) ニュートラルシチュエーション (NS) の創出

※ルーズボールやオフenseによるコントロールされていないパスやフィード、シュートなどが発生した状態

- b) 相手オフenseのプレー選択肢を徐々に削る。
 - c) ポジショニング、姿勢、体の向き、フットワーク、スティックの置き方・使い方。
 - d) 接点はボール・スティック・ボディに対してその状況に応じ最適な選択をする。
- ※上記を達成できればオフenseの選択肢が無く苦し紛れのプレー選択によりゴールキーパー、パスカット、チェックなどによるターンオーバーをリスク無く実現することができる。

2. 相手のオフense回数を減らす

- a) GB・リバウンドは全て確保。予測と素早い寄りからボールコントロール(触り続ける、拾い抜ける)をする。
- b) NS時のスティック/ボディチェック・パスカット・チェイスによるターンオーバー。
- c) 相手の有効ポゼッション前に奪い返す(ライド開始時ATのハードチェイス)。

3. スティックスキル

- a) 対人時のスティックの使い方。
- b) 常に選択肢を持てる姿勢とスティックの位置。

フェイスオフ方針

1. フェイスオフポゼッション回数の向上

- a) 複数の選択肢を持ち、相手・状況に応じ最適な手段を取る
- b) フェイスオフアー/ウィングの GB 確保能力を向上させる

2. ボール確保後のオフENS効率の向上

- a) フェイスオフアーによるブレイクシチュエーション創出

フィジカル・フィットネス方針

1. 連戦を戦い抜く力

- a) 一試合または連戦で消耗しないフィジカル・フィットネス
- b) 海外選手と対等にコンペティションできるフィジカル・ボディーコーディネーション

2. スピードを見せる瞬発力

- a) 100%を何度も繰り返せる持久力、筋力

3. スティックスキル維持のための筋持久力

- a) シュートスピード、スティックスピード、ヘッドアップ、パスのバリエーション、etc...

オフense強化内容（目次のみ記載）

オフense効率とは

有効オフense効率とは

オフense効率を上げ、得点を増やすには

効率的なオフenseとは何か

目標設定

スティックの持ち方=triple threat position

パス

スタンディングシュートからのバリエーション

エリア限定の 2on1、3on2

駆け引きと選択肢の多さ

オンボール（オフenseフットワーク）

シュートの基礎とバリエーション

接点を持ちながらのプレー

2-man game

ブレイクオフense

ゾーンオフense

EMO

オフボール（誤った認識）

判断ミスと単純ミス