

ラクロス男子日本代表 & SIXIES男子日本代表 活動報告会

2022年9月29日(木) 20:00～



活動理念

“ガチンコ”

世界標準のラクロスを
高いレベルで(=高強度&緻密に)体現し
世界3強に正面から挑む

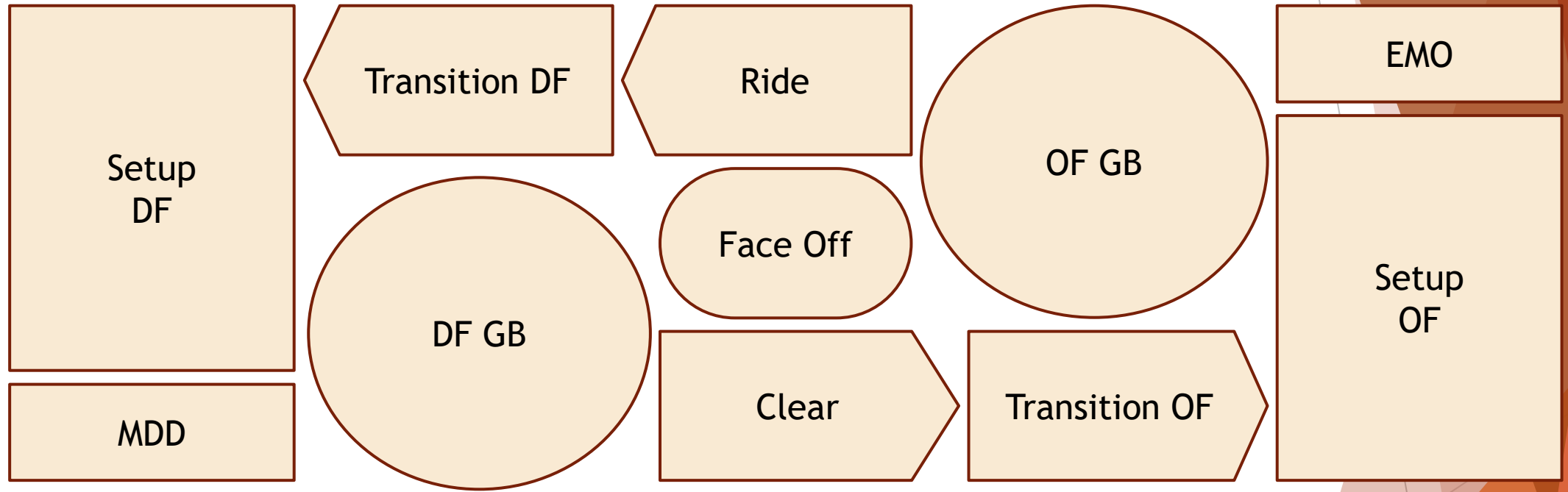
目標

- ▶ 2023年7月の世界大会で4位以上
- ▶ 世界標準のラクロスを高いレベルで体現し、国内チームの模範となる
- ▶ 北米3強と互角に渡り合える選手をできるだけ多く輩出する

どう勝つか？

- ▶ オーストラリア、イングランド
 - ▶ 地力で勝つ=全ての局面で上回る
 - ▶ 戦い方の引き出し（速い展開も、遅い展開も）
- ▶ 準アメリカ勢（イスラエル、プエルトリコ、ジャマイカ、フィリピンなど）
 - ▶ フィットネスで勝つ
 - ▶ チーム力（≡メンタル）で勝つ
- ▶ 3強（アメリカ、カナダ、イラコイ）
 - ▶ ポゼッション時間が鍵（patientなSetup OFが必須）
 - ▶ DF陣のクリア力とFO確保率
 - ▶ Gのセーブ力、1on1DF
- ▶ ショットクロックについて
 - ▶ 前回決勝(ショットクロックなし)のポゼッション回数各20回強で、9-8
 - ▶ 2022年NCAA D1(ショットクロック80秒)は、1チーム40回以上

ラクロスのゲームフローとファンダメンタルズ



FUNDAMENTALS（基礎＝基盤）

e.g. 走る捕る投げる、TTP/DTP、シュートのバリエーション、ダッチ、DFFW、GB
2-man game、リーダーシップ&コミュニケーション、フィジカル etc.

ポジション別Fundamentals

▶ OF個人

- ▶ 多彩なシュート力（レンジの広さ／ダッジから／インサイド）
- ▶ ペイント内/周辺でのアジリティ能力（コンタクト／バランス／パワー）
- ▶ 2-man game

▶ DF個人

- ▶ フィジカルコンタクト（“止まる”FW／芯で当たる力／押し切る下半身）
- ▶ 運動量（スピード&アジリティ&スタミナ）
- ▶ 作業量（みる・話す・聴く・決める）

▶ G個人

- ▶ 身体の中でセーブする力
- ▶ セーブの安定性
- ▶ クリアの判断力

▶ FO個人

- ▶ 自分で確保する力（クランプ力+GB確保からのキープ&パスアウト）
- ▶ “負けない”力（混戦に持ち込む技術+3on3GB力／**後ろに出させる技術**）
- ▶ Transition O/Dへの貢献

特に力を入れたこと

1. フィジカルの要求水準
 1. 測定→選考→強化→測定
 2. 毎回のコンディション測定+GPSによるモニタリング
 3. 高強度の“コアタイム”(15分x4)→不足を補うトレーニング
2. 多彩なOFスキームの理解度 (選手主体)
3. DFの個人技術/個人戦術の細分化と反復

SIXES

強化上の位置付けと大会準備

- ▶ 今年の強化活動の効果測定
- ▶ = 個人として世界3強にどこまで通用するのか？
- ▶ 個人がガチンコ勝負できるための最低限の試合運び

成果と課題

- ▶ 3強すべてと対戦し、1勝2敗
- ▶ グレートブリテン(イギリス)に競り勝って3位に
- ▶ 個人として高評価を得た選手多数
- ▶ 先手を取りながら、終盤競り負ける傾向
- ▶ DF力、シュート力、終盤の試合運びに課題

The World Games

Birmingham, USA, m8-12 July 2022



試合結果

練習試合

7/7 vs オーストラリア 14-19 ●

予選

7/8 vs イスラエル 20-21(OT) ●

7/9 vs カナダ 10-26 ●

7/10 vs ホーデノショーニー 20-16 ○

準決勝

7/11 vs アメリカ 12-17 ●

3位決定戦

7/12 vs イギリス 19-18(OT) ○

座談会

国内活動&The World Gamesを振り返る



長谷川玄ヘッドコーチ



#13 佐藤 大 (主将)



#3 小松 勇斗 (副将)



秋山圭S&Cコーチ



#1 立石 真也



#2 尾花 一輝



#19 福島 裕樹

国内活動：
ガチンコ・練習強度・ファンダメンタルズ

The World Games :

コーチたちは何を考えていたのか？

ワールドゲームズ結果

	ショット数	得点	決定率	アシスト数	失点	試合数	一試合平均得点	一試合平均アシスト	一試合平均失点	10得点以上
日本	182	81	45%	28	98	5	16.2	5.6	19.6	5人
カナダ	177	118	67%	42	46	5	23.6	8.4	9.2	6人
USA	189	89	47%	19	64	5	17.8	3.8	12.8	3人
グレート・ブリテン	173	73	42%	26	79	5	14.6	5.2	15.8	3人
ホーデノソーニー	133	60	45%	18	65	4	15	4.5	16.25	2人
イスラエル	135	51	38%	13	78	4	12.75	3.25	19.5	2人
オーストラリア	156	57	37%	22	59	4	14.25	5.5	14.75	2人
ドイツ	119	44	37%	16	84	4	11	4	21	0人

	結果		1 Q	2 Q	3 Q	4 Q	延長	ショット数	アシスト数	ゴールー
日本-イスラエル	20-21	● (延長)	6-6	4-3	7-4	3-7	0-1	37-34	11-6	徳舂-福島
日本-カナダ	10-26	●	2-5	2-8	1-6	5-7	-	34-36	6-10	徳舂
日本-ホーデノソーニー	20-16	○	4-4	6-4	3-2	7-6	-	39-29	6-6	福島-徳舂
日本-USA	12-17	●	8-7	3-1	3-3	3-1	-	33-35	3-4	徳舂-福島
日本-グレート・ブリテン	19-18	○ (延長)	6-6	6-3	3-3	3-6	1-0	39-37	2-7	福島
※8分×4Q		得点	26	21	17	21	1			
		失点	28	19	18	27	1			

	Josh BYRNE	Lyndon BUNIO	立石真也	Zach CURRIER	Connor KIRST	Dhane SMITH	Jordan MACINTOSH
得点	21	19	18	17	15	15	15
チーム	カナダ	グレート・ブリテン	日本	カナダ	USA	カナダ	カナダ

	Dhane SMITH	金谷洸希	Josh BYRNE	Jeff TEAT	Alex RUSSELL
アシスト	10	8	7	7	7
チーム	カナダ	日本	カナダ	カナダ	グレート・ブリテン

	Josh BYRNE	Dhane SMITH	Lyndon BUNIO	立石真也	金谷洸希	Zach CURRIER
ポイント(得点+アシスト)	28	25	23	22	21	21
チーム	カナダ	カナダ	グレート・ブリテン	日本	日本	カナダ

ワールドゲームズ得失点

		1Q		2Q		3Q		4Q		延長
	試合数	得点	失点	得点	失点	得点	失点	得点	失点	
日本	5	26	28	21	19	17	18	21	27	1
カナダ	5	28	7	37	15	26	12	27	12	
USA	5	26	19	19	12	22	22	22	11	
グレート・ブリテン	5	15	17	19	24	18	19	21	18	
		24	18	24	18	21	18	23	17	
ホーデノソーニー	4	18	13	11	13	13	21	18	18	
イスラエル	4	14	24	7	17	13	15	16	22	1
オーストラリア	4	12	14	11	13	22	13	12	19	
ドイツ	4	8	23	10	18	11	22	15	21	
		13	19	9.8	15	15	18	15	20	

予選リーグ：
対イスラエル、カナダ、ホーデノショーニー

順位決定戦：
対USA、グレートブリテン

Q&A

おわりに