

資料

レスリングの競技力向上のための攻撃と 防御に関する技の研究（第5報）

——リーグ戦における国士舘大学と日本体育大学の比較——

Annalysis of offensive and defensive wrestling skill technique
for finding out effective training methods: V. A comparison
of Kokushikan University's and Nippon College of Physical
Education's wrestlers

滝山将剛※・伊達治一郎※・朝倉利夫※
森 巧※・多賀恒雄※※

Yukitaka Takiyama, Jiichiro Date, Toshio Asakura,
Takumi Mori, and Tsuneo Taga

I はじめに

筆者らはレスリングの競技力向上を目的として、日本選手に最も適する技は何のであるかを究明しようとして、(1) 複数の選手については、実際の試合で多用される技の分類、(2) 特定の選手については、国際大会における朝倉選手（1981・世界選手権大会F 52kg級1位、1983・世界選手権大会F 52kg級2位、ワールドカップF 52kg級4位）、高田選手（1984・ロス五輪F 52kg級3位）、富山選手（1984・ロス五輪F 52kg級4位）、太田選手（1984・ロス五輪F 90kg級2位）、宮原選手（1982・ワールドカップG 57kg級1位）らが実際の試合で多用した技の分析を行ってきた。その結果、(1) フリースタイルのスタンド（立技）においては“タックル”による攻撃頻度が高い、(2) グランド（寝技）においてはフリースタイル、グレコローマンスタイル共に“横崩し”による攻撃頻度が高い、(3) 取得点については“投げ技”による取得点率の高いことがわかった^{2) 3) 6) 7) 8) 9) 10) 11)}。また、この点

に関する他の報告もいくつかみられる^{4) 5)}。

そこで本研究の目的は、これらの報告をふまえて東日本学生レスリング・リーグ戦での国士舘大学と日本体育大学の試合を例にとり、この試合において使用された技の内容を分析した。その中から、特に技の攻撃頻度と得点に結びついた頻度及び取得点について重点的に分析した。その結果から有効な技の開発と練習方法、そして有効な作戦の確立に寄与する資料を得ようとした。

II 調査方法及び対象

本研究の対象とした試合は昭和61年5月14日～16日の3日間、駒沢体育館で開催された、東日本学生レスリング・リーグ戦での団体戦（9人制、48kg級～90kg以上級）での国士舘大学（対戦相手校、日大、明大、法大、大東文化大、山梨学院大）と日本体育大学（対戦相手校、専大、中大、東洋大、東海大、拓大）の試合であった。この2校の試合をすべてVTRに収録し、それをテレビ画面に再生して、スコアシートとの対比から分析した。

※格技研究室
※※明治大学

表1 技術頻度と取得点の成功率

国士舘大学 (N:40)

		技	技の頻度	得点にした回数	得 点	成功率	技 別	全 体
ス タ ン ド	タ ッ ク ル	片 足 タ ッ ク ル	52	22	25	42.3%	58.4%	27.1%
		両 足 タ ッ ク ル	25	9	11	36.0%	28.1%	13.0%
		ハ イ ク ラ ッ チ	9	4	4	44.0%	10.1%	4.7%
		足 取 り タ ッ ク ル	2	2	3	100.0%	2.2%	1.0%
		脇 く ぐ り タ ッ ク ル	1	1	1	100.0%	1.1%	0.5%
	投 げ 技	巻 一 本 背 負 い	15	9	19	60.0%	35.7%	7.8%
		飛 行 機 投 げ	13	10	23	76.9%	31.0%	6.8%
		首 投 げ	6	3	8	50.0%	14.3%	3.1%
		一 本 背 負 い	4	2	5	50.0%	9.5%	2.1%
		腰 投 げ	2	2	4	100.0%	4.8%	1.0%
		後 ろ そ り 投 げ	2	2	7	100.0%	4.8%	1.0%
		横 す て 身						
		そ り 投 げ						
	足 技	足 払 い	2	2	4	100.0%	50.0%	1.0%
		大 外 刈 り	1	1	3	100.0%	25.0%	0.5%
		小 外 刈 り	1	1	1	100.0%	25.0%	0.5%
	手 技	ガ ブ リ か ら バ ッ ク	25	7	7	28.0%	67.6%	13.0%
		ガ ブ リ 返 し	7	5	11	71.4%	18.9%	3.6%
		引 き 落 し て バ ッ ク	4	3	3	75.0%	10.8%	2.1%
		ガブリからの腕取り返し	1	0	0	0.0%	2.7%	0.5%
	カ ウ ン タ ー	タックルのカウンター	13	13	14	100.0%	65.0%	6.8%
		投げのカウンター	5	5	6	100.0%	25.0%	2.6%
		ガブリのカウンター	2	2	2	100.0%	10.0%	1.0%
			TOTAL	192	109	165	56.8%	

	技	技の頻度	得点にした回数	得点	成功率	全体
グ ラ ン ド	横崩し	68	36	68	52.9%	61.8%
	またさき	16	1	2	63.0%	14.5%
	レッグホールド	7	3	6	42.9%	6.4%
	ネルソン	5	2	4	40.0%	4.5%
	巻き技	4	3	6	75.0%	3.6%
	腕取り返し	4	2	4	50.0%	3.6%
	エビ固め	2	2	4	100.0%	1.8%
	横崩しカウンター	1	1	2	100.0%	0.9%
	スイッチ	1	1	2	100.0%	0.9%
	アングルホールド	1	1	1	100.0%	0.9%
	腕取り固め	1	0	0	0.0%	0.9%
	トルコ刈り					
	またさきカウンター					
	TOTAL	110	51	99	46.4%	

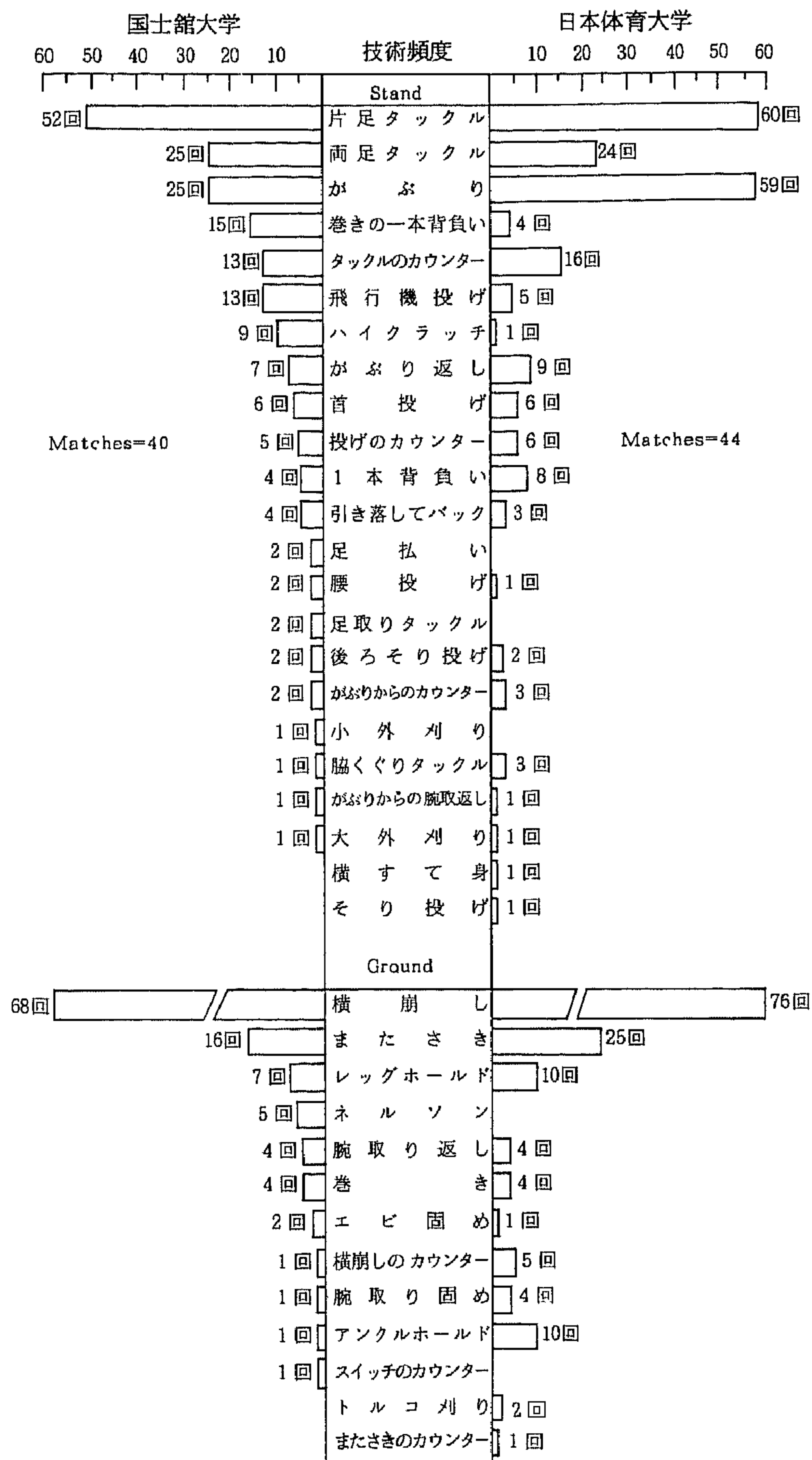


図1 国士館大学と日本体育大学の技術頻度

この際、(1) 技術頻度と取得点について、(2) スタンド（立技）の技別区分の技術頻度と取得点についての2点について重点的に検討した。研究材料として使用した国士舘大学と日本体育大学の試合について対戦相手が異なることで2校間の対比については検討は行なわなかった。

Ⅲ 結果と考察

1 技術頻度と取得点について

表1に本研究の材料とした国士舘大学と日本体育大学の全試合における技術頻度と得点に結びついた頻度及び取得点と成功率について示した。また、図1には両校の技術頻度をわかりやすく対比して示した（調査対象とした国士舘大学40試合、日本体育大学44試合中、フォール、テクニカルフォール、途中棄権の試合も含む）。

スタンド（立技）については、国士舘大学は21種類、日本体育大学は19種類の技を使用していた。頻度数では国士舘大学が192回で得点に結びついた回数109回、これに関係した取得点は165点であった。また、日本体育大学では213回で、得点に結びついた回数125回、これに関係した取得点は185点であった。なかでも両校共に“片足タックル”の使用頻度が最も高く、次に“両足タックル”“ガブリからのバック”の順であった。これらの3種目の使用頻度が国士舘大学では全体の53.1%を占めており取得点でも全体の26.1%を占めていた。また、日本体育大学では全体の67.1%、取得点でも全体の40.0%を占めていた。

グラウンド（寝技）については、国士舘大学、日本体育大学共に11種類の技を使用していた。頻度数では国士舘大学が110回で、得点に結びついた回数51回、これに関係した取得点は99点であった。また、日本体育大学の頻度数は142回で、得点に結びついた回数90回、これに関係した取得点は170点であった。なかでも両校共に“横崩し”の使用頻度が最も高く、国士舘大学では全体の61.8%を占め、取得点でも全体の68.7%を占めていた。また、日本体育大学では全体の53.5%、取得点でも64.1%を占めていた。

これらの結果からスタンドにおいては、両校共に“タックル”の使用頻度が高かった。これは筆

者^{6) 7) 8) 9) 10) 11)} 及び堀居^{1) 2) 3)} ら、市口らの報告⁴⁾ですでに指適されているものであり、フリースタイルにおいては“タックル”攻撃が基本的に重要であることを顕著に示すものであった。

しかし、“タックル”攻撃と取得点の関係についてみると使用頻度数の高い割合には取得点が少ないことが注目される。これは、“タックル”からのテークダウン（Takedown）が3点と1点の評価を受けるが殆んどの場合は1点の対象となり、3点の評価を受けるためには相手を持ち挙げて一気に倒す必要があるので、日本選手が最も得意としている“片足タックル”では相手を持ち挙げることは困難なため、相手を容易に持ち挙げるのできる“両足タックル”を修得することが、世界制覇に繋る有効な手段であると推察される。

投げ投については、両校共に8種類の技を使用していた。国士舘大学では全体の21.9%を占め、取得点では40.0%を占めていた。また、日本体育大学では全体の13.1%、取得点でも全体の28.6%を占め、“タックル”に次いで使用頻度が高く、なかでも両校共に“一本背負い”と“巻一本背負い”の頻度が高く共通していた。取得点では国士舘大学が全体の40.0%、日本体育大学では全体の28.6%と高いことが注目される。これは、“投げ技”の得点評価が、アンプリテュード（Amplitude）の差にもよるが、2点・3点・4点と高い評価を受けるので技の使用回数に比較して効率よく得点を挙げるのできる技であることを示唆している。実際の試合の場面においても有効な“投げ技”が駆使できることで試合を有利に展開できるケースが多くみられた。

ガブリについては、両校共に4種類の技を使用していた。日本体育大学では“タックル”に次いで使用頻度が高く全体の33.8%を占め、取得点でも全体の24.1%を占めていた。また、国士舘大学では3番目に使用頻度が高く全体の19.3%、取得点では全体の12.7%を占めていた。“ガブリ”は「組み手」争いから変化するもので特徴は「組み手」のうまみを利用して“ガブリ”の体勢になるもので、攻撃時において自分の体勢を崩すことなく相手の動きを容易に制することが可能であり、他の技に変化できる応用範囲の広い技である。

足技については、国士舘大学のみにみられ全体の2.1%と少なかった。しかし、この“足技”の応用範囲は広く、ことに外国選手の特徴である上半身の強いレスリングに対応するために、日本人の足腰の強さを生かした強力な“足技”の開発を急ぐ必要がある。

カウンターについては、両校共に3種類の技を使用していた。国士舘大学では全体の10.4%を占め、取得点では全体の13.3%を占めていた。また、日本体育大学では全体の11.7%を占め、取得点では全体の15.7%を占めていた。なかでも、“タックル”の“カウンター”の使用頻度が最も高かった。これは、“タックル”での攻防が多いことに由来するものである。カウンター戦法ははなはだ消極的であるが、相手の攻撃に対して確実に反撃できるのでしばしば有効な攻撃となりうる。この攻撃方法の有効な用い方が、戦術の幅を広げるのに大切な問題となろう。

2 スタンド（立技）における技術区分の頻度と取得点について

表2に国士舘大学と日本体育大学の技術区分の頻度と取得点について示した（調査対象とした国士舘大学40試合、日本体育大学44試合中、フォール、テクニカルフォール、途中棄権の試合も含む）。

使用頻度については、国士舘大学では、①投げ技で66点、②タックルで44点、③カウンターで22点、④ガブリで21点、⑤足技で8点の順であった。

これらの結果から、技術頻度と取得点の関係についてみると頻度の高い“タックル”攻撃に比較して頻度数の低い“投げ技”での取得点が高いことが注目される。これは先述の通り、“タックル”と“投げ技”の得点評価が異なるためである。“タックル”の場合は殆んどが1点となり（3点の評価を受ける場合もある）“投げ技”の場合は殆んどが3点となる（2点・4点もある）ので“投げ技”での攻撃が有利となるのである。一回の動作、すなわち“大技”で高い得点として評価される“投げ技”を修得する必要性がある。実際の場面において、グレコローマンスタイルでは“投げ技”の大技で3回相手を連続して投げ飛ばして12点を挙げ一瞬のうちにテクニカルフォール（Technical-fall・12得点差）で勝つ選手がみられた。これらのことをふまえて、レスリングの基本である“タックル”攻撃と高得点の取得できる大技の修得が大切であると推察される。

IV ま と め

以上東日本学生レスリング・リーグ戦で国士舘大学と日本体育大学が使用した技の分析結果から、次の知見を得た。

1 技術頻度と取得点について

(1) スタンド（立技）では、国士舘大学、日本体育大学共に“タックル”の使用頻度が最も高く、次に“投げ技”“ガブリ”の頻度が高かった。

表2 スタンド（立技）の特別区分の技術頻度

国士舘大学（N = 40）

日本体育大学（N = 44）

		頻 度	得点回数	得 点		頻 度	得点回数	得 点
ス タ ン ド	タックル系 技 術 群	89回 (46.4%)	38回 (34.9%)	44点 (26.7%)	ス タ ン ド	88回 (41.3%)	49回 (37.2%)	57点 (30.8%)
	投げ技系 技 術 群	42回 (21.9%)	28回 (25.7%)	66点 (40.0%)		28回 (13.1%)	21回 (16.8%)	53点 (28.6%)
	足 技 系 技 術 群	4 回 (2.1%)	4 回 (3.7%)	8 点 (4.8%)				
	ガブリ系 技 術 群	37回 (19.3%)	15回 (13.8%)	21点 (12.7%)		72回 (33.8%)	32回 (25.6%)	46点 (24.9%)
	カウンター 系 技 術 群	20回 (10.4%)	20回 (18.3%)	22点 (13.3%)		25回 (11.7%)	23回 (18.4%)	29点 (15.7%)
	TOTAL	192	109	165		213	125	185

(2) グランド（寝技）では，国士舘大学，日本体育大学共に“横崩し”の使用頻度が最も高かった。

2 スタンド（立技）における技術区分の頻度と取得点について

(1) 使用頻度では，国士舘大学は，①タックル，②投げ技，③ガブリ，④カウンター，⑤足技の順であった。日本体育大学は，①タックル，②ガブリ，③投げ技，④カウンターの順であった。

(2) 取得点では，国士舘大学は，①投げ技，②タックル，③カウンター，④ガブリ，⑤足技の順であった。日本体育大学は，①タックル，②投げ技，③ガブリ，④カウンターの順であった。

これらのことから，スタンド（立技）においては“タックル”攻撃と高得点を挙げられる有効な“投げ技”を修得する必要性がある。また，グランド（寝技）においては“横崩し”の攻防の完全修得とフォールに直結できる“技”の修得が大切である。

本研究において，国士舘大学体育学部61年度の研究補助の交付を受けた。

参 考 文 献

- 1) 堀居昭他；アマチュアレッシング—新ルールに基づく試合における技術分析—昭和56年度，日本体育協会スポーツ医・科学研究報告，No.11，競技種目別競技力向上に関する研究（第5報）日本体育協会，スポーツ科学委員会，P. 186—191，1981。
- 2) 堀居昭他；アマチュアレッシング—1982年度，全日本レスリング選手権大会での技術の特徴及び世界の現状—改正新ルールに基づく試合における技術分析—1982グレコローマンスタイルワールドカップを中心として—昭和57年度，日本体育協会スポーツ医・科学研究報告，No.11，競技種目別競技力向上に関する研究（第6報）日本体育協会，スポーツ科学委員会，P. 244—255，1982。
- 3) 堀居昭他；アマチュアレッシング—1983年度世界選手権大会の試合結果について—フリースタイル軽量級，グレコローマンスタイル軽・中量級の日本選手を中心として—昭和58年度，日本体育協会スポーツ医・科学研究報告，No.11，競技種目別競技力向上に関する研究（第7報）日本体育協会，

スポーツ科学委員会，P. 273—292，1983。

- 4) 市口政光・岩永承恒；Analysis of Techniques in the World Amatear wrestling Games, Greco Roman in 1979, 東海大学紀要，No.11，P.74—85，1981。
- 5) 太田章；Individual wrestling Technique Analysis の試み—Beloglazov 兄弟選手の技術特性—早稲田大学体育研究紀要，Vol. 7，P. 13—21，1985。
- 6) 滝山将剛；レスリングの技の研究—試合に多用される種類とその動きについて—国士舘大学体育学部紀要，Vol. 7，P. 19—27，1981。
- 7) 滝山将剛・伊達治一郎・多賀恒雄・朝倉利夫；レスリングのルール改正（1981. 1. 1）に伴う攻撃と防御のパターン—1981年度，世界選手権大会 Free Style 52kg級優勝朝倉利夫選手の場合—国士舘大学体育学部紀要；Vol. 8，P. 11—14，1982。
- 8) 滝山将剛・伊達治一郎・多賀恒雄・朝倉利夫・竹島靖夫；レスリングの競技力向上のための攻撃と防御に関する技の研究—第1報—，—1983年度；World cup Free Style 52kg級優勝・朝倉利夫選手の場合—国士舘大学体育学部研究所報，Vol. P. 16—24，1983。
- 9) 滝山将剛・伊達治一郎・多賀恒雄・朝倉利夫・竹島靖夫；レスリングの競技力向上のための攻撃と防御に関する技の研究—第2報—，—1983年世界選手権大会 Free Style 52kg級準優勝・朝倉利夫選手の場合—，国士舘大学体育学部紀要，Vol. 10，P. 9—14，1984。
- 10) 滝山将剛・伊達治一郎・朝倉利夫・多賀恒雄；レスリングの競技力向上のための攻撃と防御に関する技の研究—第3報—，—ロスオリンピック大会でメダルを獲得した Free Style 52kg級高田選手・57kg級富山選手・90kg級太田選手の場合—，国士舘大学体育学部紀要，Vol. 11，P. 21—27，1985。
- 11) 滝山将剛・伊達治一郎・朝倉利夫・屋比久保・多賀恒雄；レスリングの競技力向上のための攻撃と防御に関する技の研究—第4報—，日本選手とソ連選手の比較—，国士舘大学体育学部紀要，Vol. 12，P. 19—27，1986。