

東海大仰星 トライを奪うための ディフェンスシステム



商品番号 **908-S**

全2巻

16,000円+税

各巻8,000円+税(送料別)

“フェイズを重ねる たびにトライチャンスが生まれる”

指導・解説 湯浅 大智(東海大学付属仰星高等学校 ラグビー部監督)

実技協力 大阪府東海大学付属仰星高等学校 ラグビー部



フェイズを重ねるほど、
アタックが追い込まれる
ディフェンスシステム

東海大仰星のディフェンスは、まずFBとWTB二人は相手にキックをさせないためにポジショニングします。すると必然的に12名でディフェンスをしなければなりません。仰星ディフェンスは、まず12名のディフェンダーのセッティングを重要とし、相手にペネトレイトさせないディフェンスポジションを取り、バックラインにボールを出させてゲインラインを後退または停滞させます。次のフェイズでオフェンス側が攻めてもしっかりとしたディフェンスセットが成されているために、ディフェンスの餌食となります。アタック側がフェイズを重ねるたびに、仰星ディフェンスはターンオーバーの機会を虎視眈々と伺い、一気にトライへと結びつけます。

仰星ディフェンスシステムはトライを奪うために存在し、アタックを止めることを目標としません。戦術理解と約束事の徹底で、オフェンスを後退させボールを奪いターンオーバーからトライへ向かいます。戦術理論に裏打ちされた仰星ディフェンスを取り入れ、チームのトライチャンス獲得にお役立てください。

908-1 仰星ディフェンス セッティング 54min

Session1 ブレイクダウン周辺のセッティング

0chのディフェンスセットが全てを決める/まずは、0chをしっかり押えることで攻撃側はボールを後ろへ運ばざるを得ません。トライを奪うディフェンスの全ては、ここから始まります。

Session2 1stレシーバーセッティング

1ch~2chのディフェンスセットです。ブレイクダウン発生から時間が経過するたびに、オープンサイドへずれていくセッティングの順番や1stレシーバーまでを意識したディフェンスを行います。

Session3 ブラインドサイドセッティング

本作のキーポイントの一つ、ブラインドサイドセット。ブラインドサイドのセットを怠ると、アタックにビックゲインを許してしまいます。13人でディフェンスするにはブラインドサイドに人数を使いたくはありませんが、5m、10m、15mとポイントの場所によって人数と守り方を変えて行きます。ここでの状況判断が仰星ディフェンスをより固くします。

Session4 ツメ&ドリフト

13人でディフェンスを構築するとどうしても外側に人数が足りなくなります。ツメとドリフトを使うことで、押し上げたディフェンスラインの優位性を保ちつつゲインラインよりも後方でアタック側を仕留めます。

908-2 トライを奪う仰星 ディフェンス 49min

Session5 10人組 DFセッティング

9人+SHでブレイクダウンの起きたポイントから素早くブラインドサイドのセッティングを行い、アタック方向をオープンサイドへと誘導します。今まで行ってきた練習を踏まえ、2パスまたは3パスをアタックが行った時点でディフェンスがボールレシーバーを捉えます。ここでの素早いセッティングと状況判断がトライへ繋げるための重要な要素となります。

Session6 12人組 DFセッティング

これまでの練習で行ってきたセッティングとディフェンスで、前の12人はアタックにフェイズを重ねさせターンオーバーを狙います。前のスペースを11人+SHで守ることができれば、後ろのスペースにFBとWTBがいるためアタックのキックを抑止できます。もしアタックがキックを使った場合は、その瞬間にターンオーバーとなりトライチャンスが生まれます。

DFのセットが
全てを決める!



ジャパンライムDVD
通販サイトで
サンプル動画公開中!

ジャパンライム DVD ラグビー

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp> 新規会員登録でお得なポイントプレゼント!

ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。
(お支払い方法はカード決済のみとなります)

DVD版

- ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。受注確認後3~6営業日でお届けします。
- 到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき500円+税)。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください(通販サイトの公費購入FAX申込書類でも購入可)。
- カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエキスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●お申し込み・お問い合わせは、お気軽に…

JLC ジャパンライム株式会社
〒113-0033
東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F
TEL. 03-5840-9980
FAX. 03-3818-6656