

サッカープレイヤーとしての自分史上最高到達点の探求 -「虚実」の駆け引きによるビルドアップスキルの体得-

津村 岳杜

本研究は、大学サッカーを以てサッカー人生を終える著者（私）が、自分史上最高到達点を目指し、著者自身を対象として一人称的に研究を行ったものである。身体的アドバンテージに恵まれないDF（ディフェンダー）は、如何にして這い上がれば良いのか。対人駆け引きの「虚実」に着目し、私が得意とする“ビルドアップ”の熟達プロセスを追った。その中で「サッカーの対人駆け引きにおいて、優位性を確保するために効果的なプレー動作は何か」「その探究を通じて、自分とどう向き合い、その過程でどのような成果を得られるのか」という2つの問いを設定し、研究を進めた。

サッカー選手は、プレー映像では捉える事のできない多くの変数を感じ取り、相手と無数の駆け引きを行っている。サッカーは一回性の特徴を持ち、状況再現が限りなく不可能に近いため、動的な対応力が求められる。しかし、既存研究はインタビューや映像分析といった2人称的な調査に基づいており、内的視点（予測や敵の状態の察知を含む認知的要素、感情など）から熟達プロセスを探究した研究は少ない。本研究では、自身の内的視点をデータとして分析する一人称研究が、新たな仮定創出に適していると考えた。

実践は、私が所属する筑波大学蹴球部での、練習・試合を対象とした。1日あたり1~3シーン程度、該当箇所となるシーンを抜き取り、練習・試合直後に映像を見返しながら一人称記述を行った。研究室での発表から得られるフィードバック、またラベリングツールMAXQDAや映像分析ツールELANによる分析で、新たな気づきの創出を目指した。

私は約1年間の研究プロセスを通じ、正対を連続させ、繋いでいくプレー動作が、対人駆け引きで、私にとって有効なスタイルなのではないか、ということを経験的に結論付けた。「正対」は、既にサッカー界で広く知られた技術であるが、CB（センターバック）である私自身が、実践知を通じて「正対を繋ぐ」という新たなビルドアップスキルを習得し、駆け引きにおいて優位性を発揮できたことが、本研究の主要な示唆である。日を追うごとに様々なスキルを獲得し、時にはスランプにも陥ったが、その過程が全てうまく融合したことによって、最終的に「正対の連続動作」という技術の発見と習得へと繋がった。

また「自分史上最高到達点」を目指して取り組んだ1年間の実践の過程で、自分の人生と真剣に向き合い、自身の限界への探究のため、問いを立て、内省を継続すること、そして何よりそのプロセスを“楽しむ”ことの重要性を体験的に理解した。それが結果として、自らの成長と新たな技術の発見を達成することに繋がり、本研究の終期に、関東大学サッカーリーグ1部での1軍デビューや全日本大学サッカー選手権大会での出場を果たした。

本研究は単なるサッカーのビルドアップ技術の熟達記録に留まらない。サッカーという枠を超え、より広範な人生経験への示唆を含む。これらの成果が、サッカー界のみならず、多くの読者の自己探究に貢献することを期待している。（指導教員 松原 正樹）