

夜回り

山田先生

西陵商ラグビー部元監督

▶11◀

剣道「継ぎ足」、柔道「受け身」…何でも応用



▼山田耕二(やまだ・こうじ) 名古屋市中区生まれの73歳。元ラグビー日本代表。西陵商(現西陵)監督として1997年、全国高校大会で愛知県勢初優勝に導く。豊田自動織機総監督を経て、現在は愛知県豊田市で老人ホームの理事長を務める。

校内で不審者のように見られたことがある。

「何でラグビーの山田先生が俺たちのことを見ているの？」

前回、首を鍛えるブリッジをレスリング部から学んだことを書いた。他の部活動から取り入れたトレーニングはいくつかある。練習の合間に他

の部活動をこっそり見て、何かラグビーに取り入れられそうなものはないだろうかと探っていた。

剣道部からは足の運びを学んだ。竹刀を構え、一瞬の隙を突いて攻撃する際に「継ぎ足」という動作がある。後ろ足を前足の近くまで引きつけ、そこから前足を大きく踏

み込む動作をする。

ラグビーでは、相手タックルをかわすときに大きくステップを踏む。そこに継ぎ足を

応用した。まず相手の方に一歩近づき、タックルを受け止めるような姿勢を一瞬見せめる。次の瞬間、継ぎ足を使って真横に大きくジャンプをする。こうすることで、大柄な

敵の攻撃をかわして有利に試合を運ぶことができた。

さらには柔道部。練習で「片脚跳び」をやっていた。

四つんばいで一列に並ぶ仲間の背中を片脚でピョンピョンと飛び越えていく。古くさいように見えるが、これがバネのある下半身を育てるのにも有効だった。

柔道の「受け身」も取り入れた。試合中にタックルを受け、手や肘を突いて骨折することがよくある。未然に防ぐために、グラウンドで一斉に受け身を取る練習をさせたりもしていた。

前にも述べたが、うちは全国大会では「軽量商」と陰口をたたかれるほど、体の小さな選手が多いチームだった。自分たちよりひと回りもふた回りも大きな選手がそろった強豪私立に対抗するには、普通のことだけをしていてはい

他の部活動から取り入れたトレーニング

けないと思ったのだ。