

ハンドボールにおける大学トッププレイヤーの

ノーマークシュートの内的思考と技能向上における要因

小澤 尚平 (筑波大学)

1. 目的

本研究では大学トッププレイヤーのノーマークシュートにおける意識、感覚などの内的意識を明らかにすることを目的とした。ハンドボールにおいてノーマークシュートは試合の勝敗決定要因の一つである。しかし、ノーマークシュートの指導は個々の選手の感覚や経験に委ねられており、多くの指導者がノーマークシュートに対して具体的な指導をすることが出来ない状態だと考えられる。そこで、本研究では、日本の大学トッププレイヤーを対象に、ノーマークシュートの内的思考を運動学の立場から明らかにすることを目的とした。本研究は、ハンドボール界において良い知見となり得ると考える。

2. 方法

本研究は、ノーマークシュートに対して選手個人が感じていることや考えていることを自由に聞き出すことが出来るように借問法を用いた。借問は、自身の反省分析から、ノーマークシュートの内的意識を明らかにするために重要だと考えられる、以下の4つの観点から行った:「1、ノーマークシュートに自信があるか否か」「2、自分の理想のノーマークシュートとは」「3、ノーマークシュートの際に最も意識していること」「4、現在の自分のノーマークシュートに至るまでの経緯」。本研究は、全日本学生ハンドボール選手権大会出場経験を有する熟練者3名への借問調査、その借問結果の分析、そして考察という流れで行った。

3. 結果と考察

研究対象者3名には、ノーマークシュートに対する意識に各々特徴が存在することが明らかになった。

研究対象者Mは、「タイミングをうかがう」とことと「シュートコースの消去法的選択」という特徴があ

り、研究対象者Hには「キーパーを動かす」とことと「キーパーによって打ち方を変化させる」という二つの特徴があった。また、研究対象者Yには、「二択で勝負する」とことと「キーパーを動かす」とことの二つの特徴が指摘された。

また、これらの3人には、ノーマークシュートを行う際の以下の共通意識があることも明らかになった。

- 駆け引きのポイントを持っている
- キーパーを動かすという意識
- キーパーを注視しない

ただ、これらの意識や狙いが存在していても、その具体的な内容や方法は異なるものであった。

4. 結論

本研究において、研究対象者の3名は「駆け引きのポイントを持っている」、「キーパーを動かすという意識」、「キーパーを注視しない」という3つの共通意識を有していることが明らかになった。大学トッププレイヤーに共通するこうした意識は、ノーマークシュートの技術力向上に向けて非常に重要なものであると言えるのではないだろうか。

本研究の内容が、ハンドボールの実践現場に寄与し、指導のさらなる充実に貢献することを願うものである。

5. 主な参考文献

- 金子明友訳, わざの伝承, 明和出版, 2002
- ヨアン・クンスト=ゲルマネスク, ハンドボールの技術と戦術, ベースボール・マガジン社, 1981
- 渡辺慶寿, 大西武三, 川上整司, 実戦ハンドボール, 大修館書店, 1977