

ハンドボール競技におけるサイドシュートの決定要因

—最終局面に着目して—

松木 優也¹⁾ 中原 啓伍¹⁾ 明石 光史²⁾ 丸井 一誠³⁾ 田中 守¹⁾

The determinant of a side shot in the game of handball

—focusing on a final phase—

Yuya Matsuki¹⁾ Keigo Nakahara¹⁾ Kouji Akashi²⁾ Kazumasa Marui³⁾ Mamoru Tanaka¹⁾

Abstract

The purpose of this study was to examine relationship between shot movements and consciousness when shot of wing players in handball.

The subjects were seven wing players of handball that male college students. First, side shot movements of wing players recorded using two video cameras. The one player shot 10 and a total of 70 were struck. And we observed 70 videos it focusing the amount success shots, distance of GK and a shooter at the time of shots, shot course, shot timing, the movements of GK at the shot. Moreover, we investigated into the consciousness of 7 wing players. The investigated items were “distance of GK and a shooter at the time of shots”, “shot course”, “shot timing”, and “the movements of GK at the shot”. As a result of observed videos and investigated consciousness, finding was as follows.

- 1) “2~3m” was distance of GK and a shooter at the time of shots that a determination rate is the highest, and shooters were shot intentionally in “2~3m”.
- 2) Although there was much the shot course of a far side, there was little that of middle and upper at a near side. Since it was higher that a determination rate of shot of a near side, it was suggested that the shot of a near side may be effective.
- 3) The players who was conscious of shifting a position with GK, but they had not shifted that well. Although the shooter was seldom conscious of the shot with long flight duration, there were much the shot with long flight duration since shooters conscious to the movement which approaches to the shooter.

1) 福岡大学スポーツ科学部

Faculty of Sports and Health Science, Fukuoka University

2) 大阪経済大学人間科学部

Faculty of Human Education, Osaka University of Economics

3) 精華女子短期大学

Seika Women's Junior College

I. はじめに

ハンドボールにおけるサイドシュートは、攻撃の幅を広げるだけでなく、ゴールキーパー（以下 GK）に大きなプレッシャーを与え、ゲームの流れを左右する重要なシュート技術である。ハンドボールにおいて、シュートがゴールに至るか、至らないかは、様々な周囲の状況、自身の準備動作、シュート動作、また GK の動作など、複数の要因によって決定される。とりわけサイドシュートがゴールに至るために必要な技術的要因としては、防御者をかわしながら跳躍中にシュート角度を大きくすることが重要である³⁾。大西⁹⁾はその具体例として、「高いジャンプと高いバックスイングからサイドスローに切り替えて打つシュート」「防御者から最も遠い位置へバックスイングして打つシュート」「右足（シュートする腕と同じ方向の足）のジャンプによって防御者を背中ブロックし、またボールを防御者から遠い位置にキープして切り込み、ゴールエリア内にはいり込んで打つシュート」「ダイビングによって打つシュート」を挙げている。これらの要因は、シューターの動作に関する要因として捉えることができる。しかしながら、サイドシュートは他のシュートよりも、とりわけ GK との駆け引きが重要となるシュートである。なぜならシューターは、GK を見てプレーを選択し、実行する主体的、能動的立場であると同時に、見られて対応される容体的、受動的立場でもあるからである⁷⁾。とりわけシューターが GK と対峙した時に、「GK を伸び上がらせる」や、「動けないように固まらせる」といった意識的動作やフェイント動作を、GK を最後までしっかり見て実行できる能力が重要となるであろう。

シューターの主観的情報に関する會田¹⁾の研究では、トップ選手のシュートのコツや動き方の意識をインタビュー調査によって調査されている。またサイドシュートの動作そのものに着目した下川ら⁶⁾の研究では、サイドシュートの運動経過を観察し、「待ち」「受け」「跳び込み」「対峙」「シュート」「リリース」「着地」の7つの局面に分

節化している。シューターが自らの動き方の意識を持っていても、GK に対する対応動作の中では、必ずしも意識通りのシュートを打っていない可能性がある。また、シューターの意識及びシュート動作に関する研究、報告は多くされているが、両者の関連性に関する研究は少ない。そこで本研究では、サイドシュートの「対峙」「シュート」「リリース」という直接的に GK に対峙する最終局面に着目し、シューターの意識と実際に行うシュート動作の分析結果を照らし合わせることで、両者の関連性について検討することを目的とした。

II. 研究方法

1. 研究対象

対象は F 大学男子ハンドボール部に所属する1年生から3年生までのサイドポジションの選手、計7名（170 ± 5cm）とした。そのうち、左サイドの選手は4名（右利き）、右サイドの選手は3名（左利き）とした。また、GK は同部に所属する正レギュラーの2名（180 ± 5cm）とした。

2. 研究手順

(1) ビデオ撮影及び映像の観察

ビデオカメラを2台使用して、サイドシュートの撮影を行った。ビデオカメラは、サイドシュートを打つ側のコートの側方に1台、シューターと GK の延長線上にあるゴールの裏に1台を設置した（図1）。試技は7名の対象者によるサイドシ

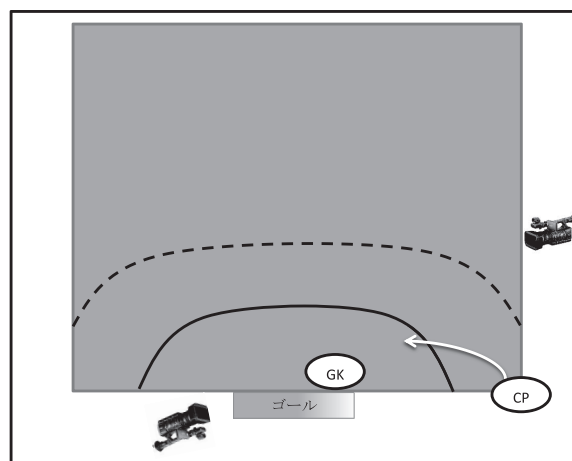


図1 ビデオ撮影の配置

表1 映像の観察内容及び意識調査における選択項目

| 観察内容 | リリース時のGKとの間合い | シュートコース | シュートタイミング | 対峙局面におけるGKの動き |
|------|-------------------------------|---|---|--|
| 選択項目 | ①0~1m付近 ②2~3m付近 ③4~5m付近 | ①遠め上 ②遠め中 ③遠め下 ④近め上 ⑤近め中 ⑥近め下 ⑦脇横 ⑧股下 ⑨顔横 | ①クイック ②最高到達点 ③GKをずらして ④ギリギリまでためて | ①横へのスライド ②手足の動き ③大の字 ④間合いを詰める動き |

表2 本研究におけるシュートコースの定義

| シュートコース | 定義 |
|------------|--------------------------------------|
| 遠め (上・中・下) | シューターから見て奥側のコースで、GKの右側を通過するシュートコース。 |
| 近め (上・中・下) | シューターから見て手前側のコースで、GKの左側を通過するシュートコース。 |
| 股下 | GKの股の間を通過するシュートコース。 |
| 脇横 | GKの脇の横を通過するシュートコース。 |
| 顔横 | GKの顔の横を通過するシュートコース。 |

※ 遠め及び近めの説明は左サイドの場合であり、右サイドの場合は左右が反対となる。

シュートで、それぞれ10本ずつの計70本とした。なお、サイドシュートにおいて、高く跳躍しシュートすることが有効であり、コーナーからの助走が効果的であると報告されている¹⁰⁾。本研究においても、シューターがGKと空中で対峙し、十分駆け引きできるような状況を生み出すため、全ての試技をコーナーから助走を行うシュートとした。その後、決定本数、リリース時のGKとの間合い、シュートコース、シュートタイミング、対峙局面におけるGKの動き、の5項目に着目しながら映像の観察を行った。リリース時のGKとの間合い、シュートコース、シュートタイミングに関しては、いくつか選択肢を設定(表1)し、映像を観察しながら私案の用紙に記入した。

(2) 意識調査

対象者7名に対し、アンケート調査を行った。質問項目は、「①シュート時のGKとの間合い」、「②シュートコース」、「③シュートタイミング」、「④対峙局面で着目しているGKの動き」の4項目とした。質問は、表1の選択項目から意識している項目を選択してもらう回答方式で、複数回答可とした。なお、「④対峙局面で着目しているGKの動き」の4つの選択項目に関しては、シューターら(1993)⁸⁾の著書を参考に設定した。

(3) 用語の定義

本研究におけるシュートコースの定義につい

て、表2に示した。

Ⅲ. 結果及び考察

1. 決定本数と決定率

本研究において、対象者7名が行った全70試技のうち、決定本数は47本であり、決定率は67%という結果になった。実際のゲームにおけるサイドシュートの決定率は64%程度であること⁴⁾、対象者7名の2012年度公式戦におけるサイドシュートの決定率が62%程度であることから、本研究において概ね近似する結果といえる。ただし、サイドシュートに至る直前のプレー、パサーとサイドディフェンスの位置関係により、サイドプレーヤーの踏み切り位置、ディフェンスをかわしながらのジャンプの仕方、加えて心理的要因が影響し、さらにはGKの位置取りやキーピング技術、駆け引きなども影響することから、本方法での限界があることを付記しておく。

2. シューターとGKとの間合いに関して

全70試技のGKとの間合いによる分類と決定本数、決定率に関する結果を、図2に示した。GKとの間合いをみると、2~3mの間合いが70本中37本と最も多く、次いで4~5mの間合いが18本、最も少なかったのは1~2mの15本であった。また、決定率をみると、2~3mの間合いが最も高い76%であり、次いで4~5mが

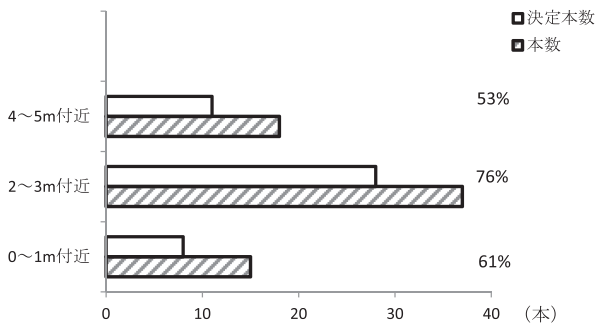


図2 全70試技のGKとの間合いによる分類と決定本数、決定率

61%, 1~2mが58%という結果となった。明石ら²⁾は、ノーマークシュート及びサイドシュートのゴールキーピング動作を分析した結果、サイドシュートにおいて、GKの阻止率が一番低かったのは、シューターとの間合いが2~3mの時であり、反対にシューターとの間合いが1m付近、4~5m付近の時には阻止率が高くなったと報告している。とりわけ1m付近の場合、GKはシューターとの間合いを詰めることで多大なプレッシャーを与え、どのようなシュートを打つかを判断する時間を短くしていることも明らかにしている。本研究は、これらの報告を支持する結果となった。また、意識調査では、シュート時のGKとの間合いについて、7名全員が2~3mという結果となった。映像観察の結果と合わせて考察すると、サイドシュートにおいて最も決定率の高いGKとの間合いは2~3mであり、シューターもそれを意識的に行っていることが明らかとなった。

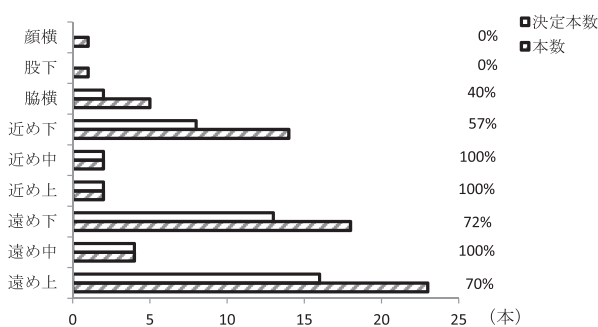


図3 全70試技のシュートコースによる分類と決定本数、決定率

3. シュートコースに関して

全70試技のシュートコースによる分類と決定本数、決定率に関する結果を図3に示した。最もシュート本数が多かったのは「遠め上」の23本であり、次いで「遠め下」の18本、「近め下」の14本という結果となった。「遠め上」と「遠め下」の決定率はそれぞれ70%、72%と他のシュートコースと比べても比較的高かった。一方で、遠めのシュートは多くみられたのに対し、「近め上」と「近め中」のシュート本数は2本ずつと少なかった。決定率はどちらも100%であった。映像のGKの位置取りを観察すると、ほとんどの場面で、GKはシューターがジャンプする瞬間は近めのゴールポストを中心に位置をとっていた。このことが、近めのシュートが少なかった要因として考えられる。

次に、意識調査における「シュートコース」の回答結果をみてみると、最も回答数が多かったのは「近め下」の5名であり、次いで「遠め上」の4名、「遠め下」の2名となった。他のシュートコースでは、「脇横」と「股下」に関しては1名が回答したものの、それ以外は0名という結果だった。映像観察の結果と合わせて考察すると、遠めのシュートに関しては、シューター自身も意識的に打っているので決定率も高い。反対に、近めのシュートに関しては、意識はしていないものの決定率は高い。このことは、駆け引きの中でGKを遠めに動かす工夫をし、近めのシュートを意識的に狙っていくことが有効的であることを示唆している。

4. シュートタイミングに関して

全70試技のシュートタイミングによる分類と決定本数、決定率に関する結果を図4に示した。また、意識調査の結果、最も多くの選手が回答したのは「GKをずらして」の4名で、「クイック」が3名、「ギリギリまでためて」が2名、「最高到達点」が1名であった。シュート本数が最も多かったシュートタイミングは「ギリギリまでた

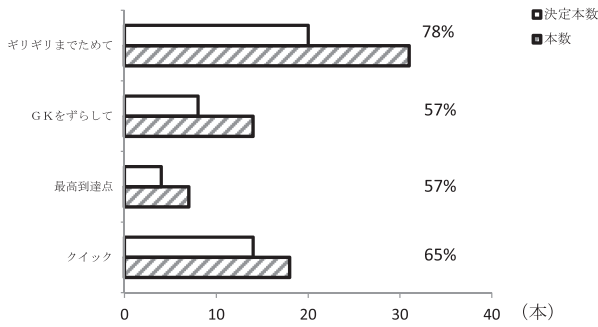


図4 全70試技のシュートタイミングによる分類と決定本数, 決定率

めて」の31本であったが、それを意識していると回答したのは2名と少なかった。反対に、「GKをずらして」に関しては、最も多い4名が意識していると回答したにもかかわらず、本数は14本と少なかった。さらに決定率も57%と、最も低い結果となった。

一方で、意識調査における「対峙局面で着目しているGKの動き」の回答結果は、「間合いを詰める動き」が5名、「横へのスライド」と「手足の動き」がそれぞれ4名ずつ、「大の字」に関しては0名となった。これらの結果から、ギリギリまでためるシュートは、シューターが意識的に打っているわけではないものの、GKの間合いを詰める動きに着目していることから、対応的にシュートを打っている可能性があることが考えられる。また、シューターは「GKをずらす」という意識はあるが、決定率も低く、実際にはうまくかわせていない場合が多いことが明らかとなった。

IV. 総括

本研究では、ハンドボール競技におけるサイドシュートの最終局面に着目し、シューターの意識と実際のシュート動作の分析結果を照らし合わせ、両者の関連性について検討した。その結果、総括として以下のようなことが挙げられる。

1) サイドシュートにおける最もシュート決定率が高いGKとの間合いは「2～3m」であり、シ

ューターも意識的に2～3mの間合いでシュートしている。

2) シュートコースに関して、多くのシューターは遠めのシュートを意識的に打っている。しかし、あまり意識はしていない「近め上」や「近め中」のシュートは、本数は少ないものの、決定率は高かった。近めのシュートは、GKを遠めに動かす駆け引きを行うことで、有効的なシュートとなる可能性がある。

3) シュートタイミングに関して、GKをずらしてから打つことを意識している選手は多いが、実際にはうまくかわせていない。また、「ギリギリまでためる」というタイミングのシュートは、ためをつくる意識は薄いものの、GKの詰める動きを意識していたせいか、多く繰り返されていた。

参考・引用文献

- 1) 會田宏 (2002) ジュニア期の効果的指導法の確立に関する基礎的研究. 平成13年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告, No VII.
- 2) 明石光史・谷川大幸・畑康之・田中守 (2007) ハンドボール競技におけるシュートに対するゴールキーピング研究 - ノーマークシュートとサイドシュートに着目. ハンドボール研究, 9: 59 - 64.
- 3) 土井秀和 (1983) ハンドボールのサイドシュートに関する運動学的研究. 大阪教育大学紀要, 第32巻, 1: 108.
- 4) 水上一・岡本大 (2003) 女子ジュニア世界選手権大会 (ハンガリー) の戦術分析 新ルールの影響 (ゲームの高速化と得点力アップ). IHF C.C.M. Tactics of handball in the world, 428 - 431.
- 5) 岡本大・大道等 (2000) ハンドボール実戦ではどのエリアからのシュートが有効か. 日本体育学会大会号, 51: 421.
- 6) 下川真良・杉森弘幸・森裕太 (2011) ハンドボールにおける事例的研究 - 知の獲得について

- て。第9回ハンドボールコーチング研究会、
13報。
- 7) 下川真良・杉森弘幸・森瑛介・河野公昭 (2009)
ハンドボールにおけるサイドシュートの研究。
ハンドボール研究, 11: 104 - 110.
- 8) シュテーター・コンツァック・デブラー :
唐木國彦監訳 (1993) ボールゲーム指導辞典。
大修館書店: 東京, p379 - 381
- 9) 渡辺慶寿・大西武三・川上整司 (1977) 実戦
ハンドボール。大修館書店: 東京, p44 - 45
- 10) 八尾泰寛・高野亮 (2010) ハンドボールにお
けるサイドシュートのポジショニングパターン
について。東京女子体育大学・東京女子体育短
期大学紀要, 45: 97 - 101