

【序論】

研究動機・研究目的・研究方法

ハンドボール競技におけるコートプレーヤーの体験から、スピードあるゲーム展開やコートを走り回る多彩なプレーに魅力を感じてきた。その中でも、ゴールを狙って放たれる、体とテクニックを生かした豪快なシュートについて何より魅力を感じていた。そして高校一年から大学三年まで左サイドとして活動してきたことから、左サイドシュートについて特に研究を深めたいと考えた。毎日の練習の中でも、その時々において、シュートがよく入る日と、ゴールキーパーに阻まれシュートがなかなか入らない日がある。そこで、左サイドシュートを入れるためには、何かポイントがあるのではないかと考えた。そして、部活動の中で同じチームの仲間にアドバイスをする中で、どのように伝えれば、仲間がそれを自分の技術として習得していけるかという、指導の方法に興味を抱いた。

本研究の目的は、ハンドボール競技における左サイドシュートの理想像を明らかにし、様々な処方ほどこす中で、効果的な練習法を事例研究によって導き出すことである。そのための研究方法として、秋田大学女子ハンドボール部のA子を対象とし、2010年9月から12月にかけての3ヶ月間の指導場面をビデオに収めるとともに、エピソード記述をし、それらを原資料とする。次に原資料を印象分析し、そこから変化の激しかった部分を考察資料として、エピソードと照らし合わせながら、それを特にモルフォロギー的に観察し、より厳密な分析研究を行うものとする。

【本論】

第一章 事例研究の意義

本章では、典型的事例に経験や実践、直観に接点を見出し、主観と主観をすり合わせながら研究していくということが事例研究の土台であること、そして、関与観察に必要な二つの態度、観察の仕方と関与の仕方が切り分けられないという関与観察の特徴などについて明らかにした。

第二章 運動観察について

本章では、マイネル (Meinel, K) の「スポーツ運動学」を基に、運動観察を行う上で必要となる「印象分析」及び習熟の位相を表す「形成位相」、そして運動カテゴリーとして「運動伝導」、「局面構造」、「運動リズム」について明らかにした。

第三章 左サイドシュートにおける技の理想像

本章では、左サイドシュートを指導するにあたっての、技の理想像をハンドボールの指導的書物であるドイツの「ボールゲーム指導事典」(9, pp.355-411) とハンガリーの「PLAYING HANDBALL」(5, pp.150-152) の二冊を照らし合わせながら、助走、準備局面、主要局面、終末局面、受け身と動きの分節ごとにまとめ、図式化した。十分なスピードでまっすぐに助走を行い、準備局面では力強い踏み込み・踏み切りとテイクバック、

主要局面ではリリースの瞬間の「運動伝導」の重要性、終末局面では主要局面でフォロースロー、そして勢いを受け止め、安全に受け身を行うことについて具体的に述べている。

第四章 目標像における処方

本章では、A子の初回での実態を把握した上で、第三章での技の理想像を照らし合わせながら、A子の目標像を動きの分節ごとに設定した。また練習のプロセスに見られる、実際に行った指導については、①『一步踏み込みシュート』、②『着地踏み込みシュート』、③『添い手シュート(1)』、④『添い手シュート(2)』、⑤『ボールを持たない走り込み』である。

第五章 左サイドシュートに関する事例研究

本章では、3ヶ月間のビデオ記録を基に、その中から変化の著しかったエピソードを抽出し、それらを第二章での運動観察法により、モルフォロギー的に印象分析した。その結果次のことが明らかになった。①左サイドシュートの初歩的段階の練習法では、『一步踏み込みシュート』、『着地踏み込みシュート』は、「運動伝導」の滑らかな順次を確認することを目標として行った。助言や練習を行い、モルフォロギー的観察やエピソード記述からも、「運動伝導」が促された。②リリースの瞬間の利き手の肘が出過ぎるために、力動感のある「運動リズム」が読み取れないという、A子の欠点を修正するための『添い手シュート(1)』、『添い手シュート(2)』では、準備局面に焦点を置き、処方を行った。添い手で下からボールをしっかりと支えることで、滑らかな「運動伝導」とともに力動感のある「運動リズム」を確認することができた。③勢いのある助走と、力強い踏み込み・踏み切りをすることで、ジャンプの高さと方向を修正するために、『ボールを持たない走り込み』を行った。しかしA子の場合は一連のシュートの運動の中で、テイクバックやリリースに気を配ることが多かったため、直接ジャンプの高さと方向を修正することには繋がらなかった。しかし、繰り返し練習を行い自動化させることにより、シュート技術の向上への手立てとなり得るであろう。④指導者自身が、学習者の実態をしっかりと把握し、共に目標像に向う姿勢が必要であり、学習者の運動の習得の手助けとなる練習法を取り入れていく必要がある。

【結論】

左サイドシュートの技術の向上には「運動伝導」は密接に関わってくるものである。グリップの弱いA子の場合には『一步踏み込みシュート』、『着地踏み込みシュート』を経て『添い手シュート(1)』、『添い手シュート(2)』を滑らかに行うことができるようになった。そこには「運動伝導」と滑らかな「運動リズム」を確認することができた。

シュートの技術をより向上していくためには、シュートの成功・不成功に大きく関わる「準備局面」に特に目を向け、指導者が学習者の視点に立ち、考えや気持ちを理解しながら、共に課題に取り組むことが必要である。

(参考・引用文献省略)