

峰田 基史 (1510059)

《序論》

○ 研究動機・目的・方法

ハンドボール競技は、他の競技にはない「走」「跳」「投」を組み合わせたスピーディーで迫力ある競技である。相手のゴールにシュートを決めることにより勝敗が決する。そのため「シュート」はハンドボール競技の中でも、とりわけ重要な部分である。その中で左サイドシュートは独特の技の習得が必要であることから、左サイドシュートの指導についての研究を深めていきたいと考えた。また筆者の活動ポジションが左サイドであること、被験者となる M 君とは共に練習しており、技術の向上について積極的に助言を求めてきたことも研究動機である。したがって、本研究の目的は、中学一年生の M 君がハンドボールにおける左サイドシュートを身につけて自分のものとしていく過程を明らかにし、指導していくなかでどのような運動指導法が有効なのかを分析し、把握することである。研究方法は、2013年7月から2013年12月までにかけての6か月間、指導場面の様子を原資料としてビデオに記録するとともに、その時々気付きや変化、エピソードなどを記述した。次にビデオの原資料をすべて編集し、印象分析を行う。さらに、そこから特に変化の激しかった部分を共同観察して抽出し、エピソードと照らし合わせながら、「モルフォロジー的」に観察し、上達過程をマイネル (Meinel, K.) の諸運動カテゴリーを用いて把握していく。左サイドシュートの目標像は M 君と一緒に考え、目標像により近づくために、その欠点を明らかにし、修正方法を考え、M 君に有効な運動指導法を検討・考察していく。

《本論》

○ 事例研究・運動観察について

「事例研究」とは、一つの個別の事例から関主観的に指導者や選手と共鳴して経験や直観を深く追及することによって、必ず一般化できるものに行き当たるといった考えに基づく研究である。その中で、相手に関与しながら観察する「関与観察」をして、研究者が心を強く揺さぶられた場面を「エピソード記述」を用いて記録する。

マイネルの「運動モルフォロジー的考察法」によって「他者観察」の「自己観察化」を行う。その際「印象分析」により運動現象の中にあられる質的な諸徴表を諸運動カテゴリーを用いて捉える。印象分析を用いる際、「共同観察」をすることでいくつもの主観的な視点から共通項を抽出することで、より「関主観的客観」の立場から運動観察できる。本研究用いた諸運動カテゴリーは「局面構造」「運動リズム」である。これらを用いて、M 君の上達過程を運動構造の側面から明らかにした。

○ 左サイドシュートの技の理想像

左サイドシュートの理想像を5つの局面に構造化し、明らかにした。5つの局面は「助

走」「準備局面」「主要局面」「終末局面」「受け身」と分けた。「助走」では勢いをつけ、まっすぐ走り「準備局面」では力強く踏み切り、ボールを腰の周りからテイクバックし、「主要局面」で最頂点から振り下ろしシュートを放ち、「終末局面」でフォロースルーしながら、勢いを消失するために、倒れ込む（受け身）について具体的に記述した。

○ 目標像の設定・目標像習得のために実際行った指導方法とエピソード記述

M君の実態と理想像を照らし合わせながら、目標像を設定する。6か月のビデオ記録を基に特に変化の激しかったエピソードを抽出し、印象分析を行った結果、指導前はシュートの際、ボールを持った利き腕の肩が上がらず、肘も曲がり、打点が低くなってしまっている。受け身は取らず小走りで力を逃がしている。最後の練習では、力強く振り抜くことができ、目標像としていたものがほぼ出来るようになっていた。しかし大会ではシュートを打つことができず、シュートに至るまでの動きができなかった。

実際に筆者が創出し、成果のあった指導方法は以下のとおりである。

指導方法	結果
1, 「両手シュート」	左手の意識が付き、「準備局面」でテイクバックを引き上げて行うようになった。肩がゴールの方向に入って、フォームが修正できた。
2, 「スカイキャッチパス」 3,4, 「スカイキャッチシュート」(正面, サイド)	両手でボールをつかむことから「準備局面」でゴールの方向に肩が入ること。高い位置に構えることから自然と肩が上がることで力ボールに伝わりやすくなり、スムーズな「運動伝導」が行われていた。真上にあるボールを取るため上体を起こし、前に跳ぶのではなく、上に跳んでシュートを狙うこと。以上3点の感覚を掴むことができた。
5,6, 「立膝シュート」(正面, サイド)	打点の位置と目線の違いに気づくことができた。「受け身」の練習も行ったが、この練習の後、実際にシュートを打つと「受け身」をとることに、恐怖心があらわれ、「終末局面」でフォロースルーがなおざりになってしまい、シュートを振り切ることが出来ていなかった。

《結論》

諸運動カテゴリーを用いた上記の運動指導法により、M君は「粗形態」の獲得に至ることができた。よって上記の運動指導法は有効なものであり、左サイドシュートの基礎の習得に生かすことができると考えられる。特に「スカイキャッチシュート」ではシュートの「準備段階」で必要とされる様々なポイントの習得に繋がった。ハンドボールではシュートにいくまでに様々な構造があり、実戦で今回の指導で身につけたものを発揮するためにはシュートにいくための動きも身につけてはならない。運動指導の場合、指導者が学習者と共に目標像を明確に設定し、その過程で常に学習者の立場を考え続ける確かな指導、練習方法の提示を行っていくことが必要である。 (引用、参考文献省略)