

ハンドボールにおける 1 対 1 の突破阻止に関する実践知 — 国際レベルで活躍した防御プレイヤーの語りを手がかりに —

船木浩斗¹⁾²⁾ 會田 宏³⁾

Practical tips on preventing 1:1 breakthroughs in handball: from narratives of international-level defensive handball athletes

Hiroto Funaki¹⁾²⁾ and Hiroshi Aida³⁾

Abstract

This study aimed to clarify the structure of an effective 1:1 defensive strategy to prevent breakthroughs in handball by applying knowledge obtained from the practical wisdom of top-notch athletes, and to provide knowledge that can be applied to practice in improving the individual defensive strength of junior-level athletes. In order to achieve this, we conducted interviews with five internationally-acclaimed defensive handball athletes and qualitatively analyzed narratives relating to the structure of 1:1 defense strategies. The results were as follows:

1) During 1:1 off-the-ball defensive scenarios, outstanding defenders position themselves specifically to cover the offensive player or ball, depending on the situation. They also close in before the opponent moves into a position to catch the ball, and feint to constrain the opponent's incoming speed. In on-the-ball situations, these athletes position and space themselves in ways that make quick shots and breakthroughs on the dominant arm side difficult, and engage in close play to prevent the opponent's shots or breakthroughs through feinting without receiving warnings or being ejected from the game.

2) 1:1 defensive plays made by outstanding defensive athletes appear to involve plays that remove extemporaneousness, appropriate measures against the opponent's final play, and risk management in response to sudden situational changes, rather than an instantaneous reading of the offensive tactical strategy from movements and responding through extemporaneousness.

Key words: interview survey, individual defensive strategy, remove extemporaneousness, risk management
インタビュー調査, 個人防御戦術, 即興性の排除, リスクマネジメント

I. 緒 言

1. ハンドボールにおける 1 対 1 防御の重要性

現代のハンドボールにおけるディフェンスでは、自チームおよび対戦チームの特徴に応じた様々な防御戦術や防御隊形が存在する。しかし、個人戦術がチームおよびグループ戦術の単位として、ゲーム構想の実現やチームおよびグループの戦術的課題の達成に貢献すること（會田，2006）から、チームの防御力を向上させるためには、個人防御戦術に優れたプレイヤーを育て

ることが重要であると考えられる。代表的な個人防御戦術には 1 対 1 の突破の阻止がある（會田，2006）。水上ほか（1984）は、セットオフenseにおける均衡打破局面¹⁾において、1 人で突破しようとする動きが最も多用されると報告している。また、大西ほか（1983）は、ゲームの得点場面について、1 対 1 が破られてそのままノーマークシュートになるか、もしくはそれを補うヘルプがなされてノーマークシュートにつながる場合が多いと述べている。これらのことは、チームがいずれの防御戦術や防御隊形を採っても、一人ひとり

1) 筑波大学大学院人間総合科学研究科 3 年制博士課程コーチング学専攻
Doctral Program in Coaching Science, Graduate School of Comprehensive Human Science, University of Tsukuba
2) 中京大学スポーツ科学部
School of Health and Sport Science, Chukyo University
3) 筑波大学体育系
Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba

の防御プレーヤーがマークしている攻撃プレーヤーとの1対1の場面において、突破されない個人戦術力を身につけることの重要性を示していると考えられる。

船木・會田 (2014a) は男子チームを対象として、世界レベル、日本レベル、大学レベルにおける公式戦で見られた1対1防御プレーを記述的ゲームパフォーマンス分析の手法を用いて検討した。その結果、突破阻止の割合は、世界レベルが60.9%, 日本レベルが48.3%, 大学レベルが46.7%であり、日本レベル、大学レベルの防御プレーヤーは、世界レベルに比べて1対1の突破阻止の割合が有意に低いことを明らかにした。この研究結果は、日本代表チームの競技力向上のために2000年から始まった、ナショナル・トレーニング・システム（一貫指導）の成果が十分に現れていないことを示していると考えられる。

2. 日本における1対1防御力の養成に関する考え方とその課題

財団法人日本ハンドボール協会は、国際舞台で体格的に劣ることの多い日本代表チームの課題を解決するために、防御に関しては「ルールの範疇で、いかに有効にコンタクトスキルを活用していくか」、「いかにコンタクトプレー以外でも有効な防御ができるか」に着目して一貫指導における1対1防御のトレーニングを検討している（財団法人日本ハンドボール協会, 2009, pp.11-12）。しかし、その内容をみると、ジュニア期の選手がボールを保持した攻撃プレーヤーとの1対1を守る力を高めるためには、利き腕側へのポジショニング、素早いフットワーク、シュートブロックなどの技術を身につける必要があると示しているだけであり（財団法人日本ハンドボール協会, 2009, p.8）、1対1防御に関する具体的な運動の達成像（金子, 2002, p.84）、すなわち突破阻止に有効な1対1防御戦術の構造を明確にしていない。ボールゲームにおいては、1つのプレー状況を効果的に解決するための前提条件として、できるだけ多くの、できるだけ高いレベルでの技術の習熟が求められていること（會田, 1992）、15~18歳が種目における全般的な技術・戦術的基礎能力の育成が行われる時期であること（シュテラーほか, 1999）を考え合わせると、ジュニア期の選手を対象とした1対1防御の指導内容を再検討する必要があると考えられる。

山田 (2011) によると、日本の中学生や高校生の選手が所属する競技力の高いハンドボールチームにおいては、対峙している相手選手の対応を想定して新しい

技術を習得するトレーニングや、技術をプレー状況に合わせて合目的的に使いこなせるようにするトレーニングは少なく、すでに習得された技術を反復するトレーニングが主に行われている。また土井 (1992) は、これまで日本のハンドボールではゲーム状況を考慮することなく、選手の理想的な運動経過だけに意識を向けたトレーニングが行われている傾向があると指摘している。これらのことは、日本における1対1の防御に関する指導においては、技術力、すなわちフットワークやシュートブロックといった動作の遂行に関わる能力（會田, 2012, p.16）だけではなく、戦術的思考力、すなわちゲーム状況の分析やプレーの選択といった知覚・認知に関わる能力（會田, 2012, pp.15-16）を併せて伸ばす指導を行う必要があることを示していると考えられる。何故なら、ハンドボールにおけるゲーム状況は絶え間なく変化し、選手にはそのプレー状況に応じた合目的な対応が要求されるからである。

3. 一流競技選手の持つ動きのコツの指導への応用

これまで球技の個人戦術に関する研究では、自然科学的方法に従って、数量化された客観的データを提示することで、競技力向上に有用な知見を提供しようとしてきた（栗山, 2006；中山・浅井, 2009；西島ほか, 1985；山田ほか, 2010）。しかし、このような方法を用いて構築された球技の個人戦術に関する理論や抽象化した概念は、今、まさにに行われている運動そのものに対する内的な志向体験や状況²⁾が捨象されてしまっているという問題がある（丸井, 2012）。そのため、複雑な要因が絡み合う中で発揮される行為を総体として理解したり、行為の意味や意図を理解することはできず（會田, 2008, p.62）、その運動を実施している選手の競技力向上への寄与は一面的なものにとどまる。

ヘベル (2001) は、技術の改善には動きの感じと呼ばれているような専門家の直感的な知の内容と構造を明らかにする必要があると指摘している。また、新しい運動を覚えたり、その運動をよりよくする学習は、頭でそれを理解するだけではなく、試行錯誤しながらも実際に動きを自分の身体で覚えることによって初めて成立する（三木, 1996）。これらのことは、選手の競技力向上には、「どのようにするとできるのか」、「どのような感じで動くか」といった主観的な情報を選手に伝えることが効果的であることを示していると考えられる。選手の持つ主観的な情報は、スポーツ指導の場面においては、動きのコツと呼ばれる

(阿江, 1999). また, 各スポーツにおいてジュニア期, すなわち中学生や高校生を対象としたハイレベルな選手の育成を目指した指導においては, 一流選手の動きのコツを利用した指導が効果的であると言われている(阿江, 2001).

4. 研究目的

そこで本研究では, 国際レベルで活躍した5名のハンドボールプレーヤーを対象に, ハンドボールのセットディフェンスにおける1対1の突破阻止に関する動きのコツについてインタビュー調査を行い, 一流選手の持つ実践知を知識化することで突破阻止に有効な1対1防御戦術の構造を明らかにし, ジュニア期の選手に対する個人防御戦術力の向上に役立つ知見を実践現場に提供することを目的とした.

Ⅱ. 方 法

1. 対象者

対象者は, いずれも国際レベルで活躍した経験を持つ, ハンドボールプレーヤー5名である. このうち4名はすでに現役を引退している. この5名は, さまざまなゲーム状況を克服し, 個人戦術力, とりわけ1対1の防御に関する戦術力を国際レベルにまで高めていった過程の中で組織化された経験を持ち, 行為の意味を語りによって提示できると本研究者が判断したため協力を依頼したものである. それぞれの競技プロフィールは以下の通りである.

佐藤壮一郎氏: 3-2-1防御の右ハーフディフェンス
(図1), 1995年世界選手権ベスト16

坂元智子氏: 6-0防御の左ハーフディフェンス, 第30回, 第31回, 第33回日本ハンドボールリーグベストディフェンダー賞受賞, 2001年世界選手権出場

永島英明氏: 6-0防御の右センターディフェンス, 第28回, 第30回日本ハンドボールリーグベストディフェンダー賞受賞, 2011年世界選手権出場

青戸あかね氏: 6-0防御の左ハーフディフェンス, 第26回日本ハンドボールリーグ最高殊勲選手賞受賞, 2003年世界選手権ベスト16

山口修氏: 6-0防御の右センターディフェンス, 第25回日本ハンドボールリーグベストディフェンダー賞受賞, 1997年世界選手権ベスト16

それぞれの対象者には, 本研究の趣旨や調査内容について事前に文書および電話にて十分に説明し, 調査

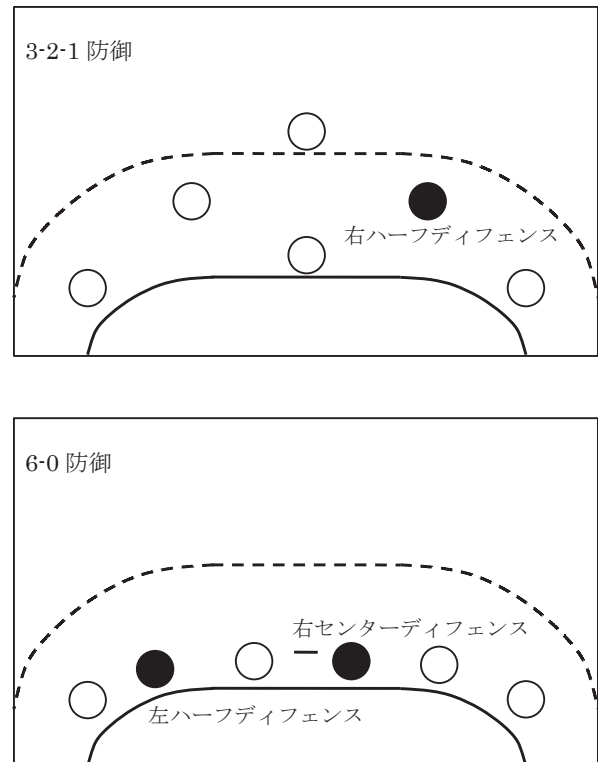


図1 3-2-1防御と6-0防御の隊形

への協力を依頼し, 承諾を得た. インタビュー調査に先立ち, いずれの質問項目に対しても回答を拒否できることを伝え, 調査内容の音声およびVTR記録, 研究成果を実名で公開することの了解を得た. 調査の趣旨説明からインタビュー実施までの間に, 対象者とよいラポールを築くこと(川野, 2007; ブルア・ウッド, 2009)に努めた. なお, 本研究は, 調査に先立ち筑波大学体育系研究倫理委員会の審査を受け了承されている.

2. インタビュー調査期間

インタビュー調査は, 2013年12月4日から2014年3月20日の間に実施した.

3. インタビュー調査の内容と方法

インタビュー調査の内容は, 突破阻止に有効な1対1防御の動きのコツ, ここを押さえるとうまくできるというポイントまたは動くときの意識, 1対1の突破阻止をしやすい場面としにくい場面などであった(船木・會田, 2014b). 個人防御戦術は, マークする攻撃プレーヤーがボールを保持していないとき(以下「オフザボール」と略す)と, マークする攻撃プレーヤーがボールを保持しているとき(以下「オンザボール」

と略す)の2つに分けられる(水上, 1993)。本研究では、これを参考にして、いずれの調査内容に関しても、オフザボールとオンザボールの局面に分けてインタビュー調査を実施した。

動きのコツの同定を容易にするために、インタビュー調査の2週間前に調査内容を記述するアンケート調査票を対象者に送付し、1対1の防御について振り返って回答させ、返信させた。インタビュー調査時にそれを補助資料として用いた。

インタビューは、本研究の筆頭著者が半構造化面接の方法を用いて行った(寺下, 2011)。インタビューの場所は、対象者の勤務先の応接室やミーティングルームなどであり、第3者の出入りがない静かな場所であった。すべての発言はICレコーダーを用いて録音し、身体を使ったデモンストレーションはビデオカメラを用いて撮影した。インタビュー調査の内容と標準的な流れについては、中込(2003)を基に本研究の筆頭著者とハンドボールを専門とする1名の研究者との間で協議して決定した。

調査者は、対象者それぞれの多様な経験や意味世界の個別性に関心を示しながらインタビュー調査を実施した(徳田, 2007, p.103)。また、調査者は、対象者の持っている動きのコツをより具体的な言葉で表現できるように、対象者が何を語ったのかに注意を向けるだけでなく、対象者の語りをともに編んでいくという協働的な参与(徳田, 2007, p.110)を心がけた。それは、対話によって、「語りが語りをよび、循環的に共同生成される」からである(やまだ, 2000, p.19)。

インタビューの実施においては、当該領域について十分な知識をもっておくことが欠かせない。そのような背景知を積極的に利用することによってはじめて、対象者によって語られたことや言外に含まれた微妙なニュアンスを理解したり、自らのリサーチクエスションに接近するための、より深い問いを発することが可能になる(徳田, 2007, p.110)。本研究の筆頭著者は、ハンドボールの選手として全日本総合選手権大会3位、また、監督として全日本学生選手権大会準優勝の実績を持っていた。対象者の語りを深く理解し、語りにリアリティを感じる現場感覚および生成的視点(無藤ほか, 2004)を持っていたと考えられる。

4. 語りの内容の作成

まず、対象者ごとに、インタビュー調査の録音記録からすべての発言内容を逐語録として文章におこした。次に、語り全体の流れを了解できるまで逐語録を

読み込んだ。続いて、語りの意味内容をくずさないように、文脈を尊重しながら語りの内容としてまとめた。また、ビデオカメラで撮影したデモンストレーションはイラストにした。語りの内容とイラストはそれぞれの対象者に送付し、対象者の発言の意味や内容と本研究者の解釈が適合しているか、加筆および訂正箇所はないかを確認した。

5. テキストの作成

対象者それぞれの語りの内容から、1対1の防御における突破阻止に関する実践知が記述された部分を抽出し、対象者ごとにテキストを作成した。質的研究においては、研究結果が研究対象のリアリティを反映していることを示すためには、他の研究者による研究結果に対する解釈の受容・納得が必要である(村山ほか, 2009)。そのため、テキストを作成後、その信頼性と妥当性を高めるために、本研究に関わっていない2名の研究者に協力を求め、トライアングレーションを行った。この2名は、コーチング学を専門とし競技場面においてバスケットボールの指導者として活躍している研究者と、ラグビーの戦術研究に従事し、高い指導力を有する指導者であった。

6. テキストの分析

質的研究は、人間によって生きられ、感じ取られ、体験され、理解され、成し遂げられてきた、あるがままの生活世界を取り扱うが、そうした経験を実際に生きられたとおりに表象することはできない(シュワント, 2009)。なぜなら、私たちは「一瞬ごとに変化する日々の行動を構成し、秩序づけ、『経験』として組織化し、それを意味づけながら生きている」(やまだ, 2000, p.5)からである。本研究では、変わらずに存在する正確な思い出や事実に固執したり、記憶違いや忘却に苦心したりするのではなく、対象者の語りは、1対1防御プレーにおけるさまざまな状況を克服しその達成力を国際レベルにまで高めていった過程の中で組織化された経験の語りであり、意味づけられた行為の語りであるとして分析を進めた。

Ⅲ. 結 果

以下に、1対1防御戦術の実践知に関するテキストを対象者ごとに示す。なお、テキスト中の()は、調査者の補足を示す。

1. 佐藤壮一郎氏の動きのコツ

(右利きの) 左バックプレイヤー (以下「左バック」と略す) の突破を阻止するには、左バックがボールを持ったときに、勝ちの位置と僕に有利な間合いを取ることが重要です。そのために、まずオフザボール中は目を動かして (ボールを持っている) センターと左バックの動きを常に視野に入れます。そして「センターがディフェンスに密着されてパスするところを探しているときは、左バックの動きを主に視野に入れながら前に詰め始める」、「センターがシュートを打てる体勢でいるときは、まず自分の位置を下げて隣のディフェンスのフォローができるようにして、センターがパスをしたらボールの行き先 (左バックのところ) まで前に詰める」といった感じで、位置取りを前後左右にこまめに変化させていました。

オンザボールでは、左バックの右脚と自分の右脚とゴールの中心点が一直線になるイメージで勝ちの位置を取ります (図2)。左バックが走り込んでボールをキャッチして一瞬止まったときに、勝ちの位置のまま右脚で地面を蹴って左脚をスーッと出して前に詰めて相手の懐に入り、へそを相手の右側の腰骨に押し当てて両腕で自分に引き寄せてガシッと押さえます。また、左バックがあまり走り込まずにボールをキャッチすることもあります。そのときは、勝ちの位置を取っておいて自分の腕の長さより遠い間合いで我慢して、相手にフェイントをかけさせるんです。左バックが左腕側にフェイクしているときは、位置取りがずれないように右脚に重心を乗せてストッパーにしながら我慢して、左バックが左右どちらかに動き出した瞬間に

スーッと前に詰めて懐に入り、その後サイドステップで相手の動きに対応していました。

僕は選手としては小柄なので、2mくらいある大型の左バックが相手の場合、懐に入って押さえようとしても振り回されてしまいます。この場合は、センターにボールが入った瞬間に左バックとの距離を僕が腕を伸ばしたくらいまで近づいてけん制をするようにしていました。この動きで左バックのスピードをつけた走り込みを防ぐことができるし、ボールをキャッチする位置をシュートされても怖くないところまで下げることができます。そして、左バックにボールが入った瞬間にスッと下がって、間合いを腕の長さよりも空けてしまいます。そうすると相手はスピードやパワーを生かせない状態でフェイントをかけてくるので体格差があっても守れるんです。

2. 坂元智子氏の動きのコツ

センターがボールを持っているときは、隣のディフェンスのフォローができるし (マークする) 右バックプレイヤー (以下「右バック」と略す) に広いスペースを与えない位置を取って、センターの目の動きや手の位置を見て、シュートかパスかを判断しながら常に前に詰め始めるタイミングを図っておきます。センターがラテラルパスなどシュートを打てない動きをしたとき、ゴールから離れた位置でドリブルをしてパスするしかないときは、右バックにパスする瞬間かその前のタイミングで詰め始めます。反対に、センターがいつでもシュートを打てる体勢でいれば、隣のディフェンスのフォローができる位置から右バックにパスをしたら前に詰め始めます。

ランニングステップで前に詰め始めたときに、まず (左利きの) 右バックのボールをキャッチしようとしている姿勢や目の動きから、右バックがボールをキャッチするときの (自分との) 距離を予測するんです。距離が近くなりそうなら、相手がボールをキャッチしたらすぐ接触したいのでランニングステップで間合いをなるべく近づけて、右バックにボールが入る直前にサイドステップに変えて右脚を少し前に出した状態で右バックの正面気味に位置を取ります。そして、右バックがボールをキャッチしたらサササッともう1度前に詰めて、自分の (左右の脚の) 中に入れて相手を捕まえるようにバチンと接触して守ります。距離が遠くなりそうなら、フェイントを使った突破を防ぐためにランニングステップで右バックとの間合いを少し空けたところまで詰めたなら、サイドステップに変えて

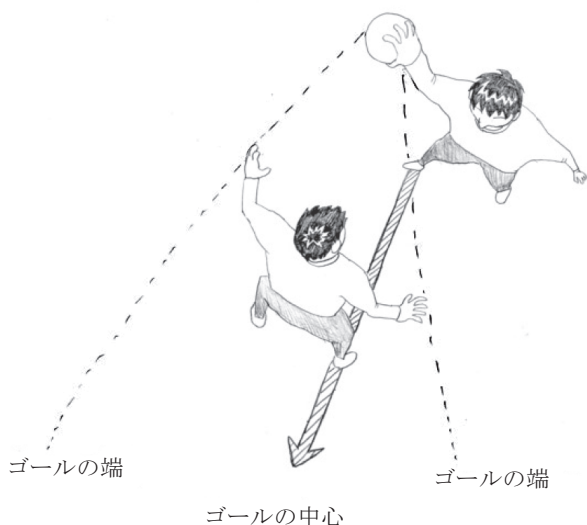


図2 勝ちの位置のイメージ (佐藤氏)

右バックがボールを持つ前に相手の体の左半分に寄った位置を取りにいきます。そして右バックがボールを持つときには、その位置取りで右脚をバツと出した状態で止まっておくんです。そうすると右バックはフェイントを使って左右どちらかに抜いてくるんです。アウトの方が広く見えるようにしているので、右バックはそっちに動くことが多いです。右バックに対してアウトに突破しようと思わせることができているんだと思います。右バックの脚が動いた瞬間に相手がそれ以上前に進めないように動いた方向の脚を大きく踏み出して接触して、その後はサイドステップをしながらグイグイ押し上げていくように守ります。また、右バックにバチンと接触できるように詰めているときに、予想したよりも早いタイミングで右バックがボールをキャッチしそうなら、右バックにできるだけ近づくやり方から体の左半分の位置で止まるやり方に変えていました。

3. 永島英明氏の動きのコツ

オンザボールでは、センターに対して先手を取ること、その後相手が実行するプレーに対応することで突破を阻止できます。ボールをキャッチしたセンターに触れるくらいの間合いで利き腕側に位置を取り、センターの利き腕に近い方の脚を出してハンドアップして構えます(図3)。こうすると、利き腕側への突破と早いタイミングでの僕の頭上からのステップシュートやランニングシュートという選択肢をセンターに選ばせさせることができます。センターのフェイントに対応しようとして腕を下げた構えをしてはダメです。早いタイミングでシュートを打たれることがあるし、それを止めようとして腕を上げるとシュートフェイクから横の動きの変化に対して後追いになるので守れません。

センターがフェイクを使って突破を狙ってきたときは、相手が左右どちらかに動いた後に自分も動いて、利き腕側の位置取りで接触してそのままついていきます。ハンドボールのディフェンスでは自分のエリアを確実に守らないといけないので、相手に接触しているときは、サイドステップを使って脚でエリアから放り出すこと、ひじを伸ばしきらずに腕ではじき出すことが重要です。腕の力だけで守ろうとすると、ひじが伸びて上半身をひねった姿勢になってしまって脚がついてこないんです。センターに接触するときの位置取りが利き腕側や非利き腕側に半身ずれたときも、腕の力だけを使って相手の体を捕まえるような守り方はしま

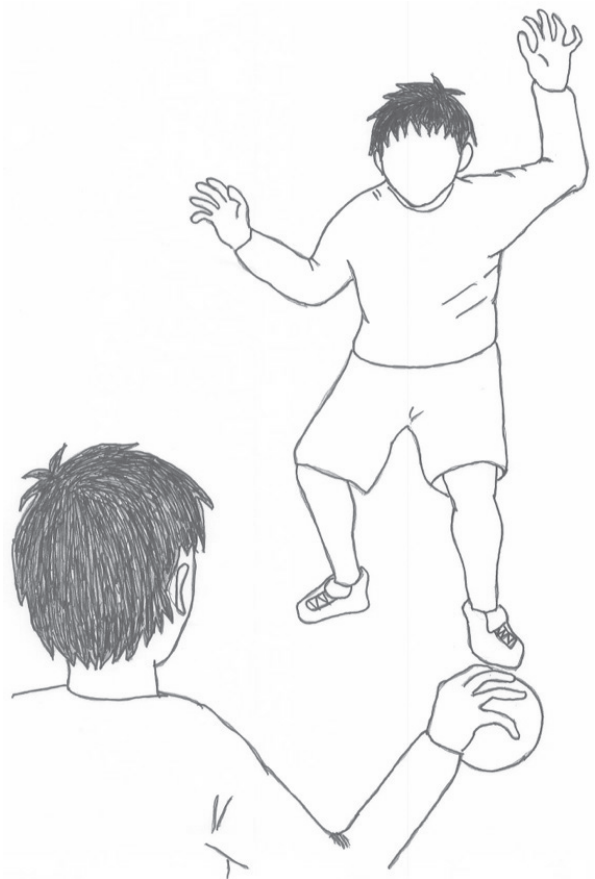


図3 ハンドアップした構え(永島氏)

せん。肩で相手をグッと押し出すようなイメージで守ります。そうすると自然に脚がついてきて、相手に密着し続けることができるので警告や退場にならずにフリースローを取れます。

4. 青戸あかね氏の動きのコツ

ボールをもらう前の動きを工夫して、ボールをキャッチしたときにフェイントやシュートをしやすい間合いや位置に入ってくる右バックと1対1をするときには、センターがボールを持っているときに右バックへのパスコースより少し下の位置でけん制をしていました(図4)。右脚と右手が前に出る状態か左脚と左手が前に出る状態で攻撃のフェイントをするように動くんです。そうすると、右バックの走り込むスピードを落としたり、ボールをキャッチする位置をゴールから遠ざけられます。また、助走の方向を非利き腕側に限定させて、シュートを打つまでに時間のかかる体勢でボールを持たせることもできます。

右バックがボールを持つときには、相手の利き腕の肩と私の胸の辺りが正面になる位置を取ってボールが



図4 けん制のイメージ(青戸氏)

フリーにならないようにします。また、ボールをキャッチした瞬間にシュートを打てる右バックに対しては、簡単にシュートを打たせないように相手に触れるところに立ちます。フェイントが得意な右バックに対しては、突破をしてくる方向を見極めやすくするために(右バックの)脚が見やすい距離に立ったりしてフェイントをかけづらくしておけば、不意なシュートに注意しておくだけで相手の特徴を出しづらくできます。ボールの位置を中心にしながら脚の位置を前後にせずヒザを軽く曲げて、早く動き出せるようにしておきます。右バックが胸や顔の高さでボールを持てばシュートに対する準備をします。シュートを打ってくれば、(右バックの利き腕に合わせて)左脚や右脚を出して前に詰めて、(相手の)利き腕の手首の下と逆腕のひじの辺りを押さえます。右バックが腰くらいの高さでボールを持てば、脚の動きをよく見ながらフェイントに備えます。ただ、シュートに変化してくる可能性もあるのでボールも視野から外しません。上半身の左右の動きにだまされずに「1歩目の脚が動いたな」という瞬間に自分も動き出して、右バックが左利きであれば右手でボールを潰して、左腕を相手の右ひじの辺りに置いた状態で接触してサイドステップでついていきます。接触のときに左腕で相手のお腹を押さえる人がいますが、スイングフェイントやターンフェイントに対応できません。半身抜かれたときに右バツ



図5 半身抜かれたときの対応(青戸氏)

クの右ひじの上に置いてある左腕をクッとひねってフックをかければ、それが相手に引っかかるので少しの間だけ脚が勝手に相手の動きについていくんです(図5)。その後しっかりサイドステップを踏み、できるだけ位置取りを戻せばフリースローを取れるので、左腕は保険みたいなものです。

5. 山口修氏の動きのコツ

センターをする選手はディフェンスの上、横、肩口からなどのいろいろなシュートといくつかのフェイントを持っています。僕は身長の高さやパワーを生かしてシュートブロックやフリースローを取るために、センターがボールをキャッチしたときには相手が選択しそうなプレーに合わせた間合い、位置取りで準備していました。

オフザボールで前に詰め出したときに、まずセンターのボールのもらい方に注意して、センターがボールをキャッチする位置を予測するんです。センターが9mラインよりも高い位置でボールをキャッチしそうなときは、小刻みで走るステップを使って僕とセンターが腕を伸ばして手が当たる間合いまで詰めて、ボールと自分の顔が一直線になる、利き腕側の位置で止まります。そして、センターがボールをキャッチす

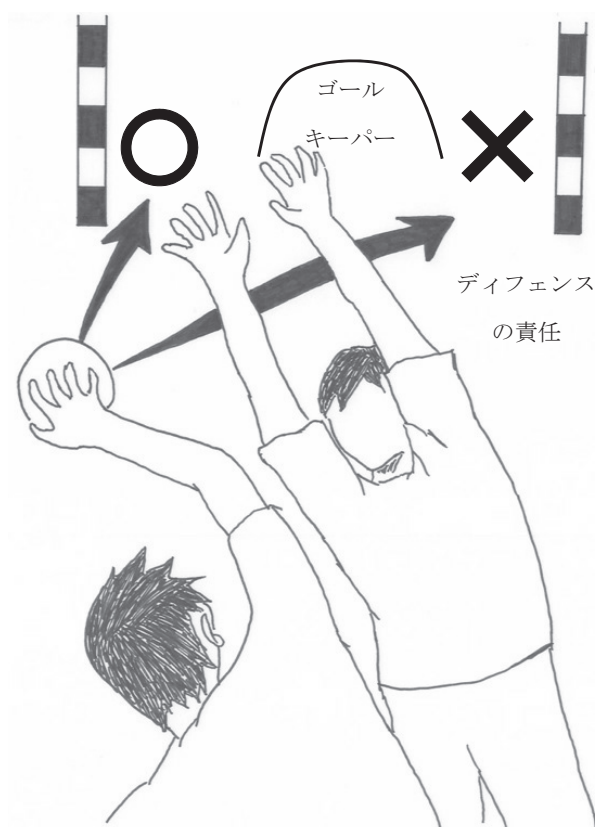


図6 防御プレイヤーとゴールキーパーの協力関係 (山口氏)

るときには、(センターが右利きであれば)左脚を前に出して手を胸の高さにして構えます。そうすると、まず利き腕側への突破を防げるし、その後シュートやフェイントに対応しやすいです。また、利き腕側の位置取りはキーパーとの連携を含めていました。センターのシュートに僕がシュートブロックで対応したときに、シュートが僕の右腕側を抜けたら引っぱりのコース、左腕側を抜けたら流しのコースをキーパーが止めるということです。それぞれ逆のコースにシュートを打たれたら僕の責任になります(図6)。センターが9mラインより中に入ってきてそうなときは、利き腕側への突破とボールをキャッチした瞬間のシュートを防ぎたかったので、積極的に詰めるステップを使ってできるだけ近い間合いを作ります。センターがボールを持った瞬間に利き腕側の位置取りでガンッと前に詰めて、相手に密着しながら左右の腕でグッと相手の両腕を押さえて重心を下げてしまいます。ボールを止める意識でいたので、そこから相手が左右どちらかに動いてきたら、細かいサイドステップで利き腕側の位置取りをキープするようにしていました。

IV. 考 察

1. 突破阻止に有効なオフザボールの防御プレー

1) 位置取り

オフザボール中の位置取りについて、左バックをマークする佐藤氏は「センターがディフェンスに密着されてパスするところを探している」ときは「前に詰め始め」、「センターがシュートを打てる体勢でいる」ときは「位置を下げて隣のディフェンスのフォローができるようにして、センターがパスをしたら…前に詰める」と語っていた。右バックをマークする坂元氏も同様に「センターがラテラルパスなどシュートを打てない動きをしたとき…ドリブルをしてパスするしかないとき」は「詰め始めます」、「センターがいつでもシュートを打てる体勢」でいるときは「隣のディフェンスのフォローができる位置から右バックにパスをしたら前に詰め始めます」と語っていた。これらのことは、いずれの防御プレイヤーもオフザボールにおいては、ボールを保持している攻撃プレイヤーが対峙する防御プレイヤーとの関係の中でシュートを打つことができるかどうかを手がかりにして、プレーしていることを示している。たとえば、ボールを保持している攻撃プレイヤーに対して、それをマークしている防御プレイヤーが有効な動きで適切に対応し、攻撃プレイヤーが「パスしかできない」というプレーの制限を加えられている状況では早めに前に詰め始めて、マークする攻撃プレイヤー中心のプレーを実践する。反対に、その防御プレイヤーがボールを保持している攻撃プレイヤーのシュートという選択肢を減らすことができている状況では、マークする攻撃プレイヤーとの1対1にも対応できる範囲で後ろに下がったりボールがある側に寄ったりしておき、攻撃プレイヤーがシュートを打つ可能性がなくなった瞬間を見極めて前に詰め始める、すなわち味方の防御プレイヤーをフォローするボール中心のプレーを実践するという具合にである。

防御プレイヤーは、オフザボールにおける位置取りの局面において、ボールを保持している攻撃プレイヤーと対峙している防御プレイヤーとの間の常に変化しつづける関係に応じて、柔軟に、適切に位置取りを変化させることを志向することが、1対1の突破を阻止するために重要であると考えられる。

2) 詰め

オフザボール中の前に詰める動きにおいて、坂元氏は「右バックがボールをキャッチするときの(自分と

の) …距離が近く」なりそうなときは、「相手がボールをキャッチしたらすぐ接触」できるように、ランニングステップで「間合いをなるべく近づけて」、「右脚を少し前に出した状態で右バックの正面気味」の位置を取るためにサイドステップを使っていた。また、右バックとの「距離が遠く」なりそうなときは、「フェイントを使った突破」を防ぎやすくするために、ランニングステップで「右バックとの間合いを少し空けたところ」まで近づいて、「体の左半分に寄った位置」を取るためにサイドステップを使っていた。山口氏は、センターが「9mラインより中」でボールをキャッチしそうなときは、「積極的に詰めるステップ」を使って「利き腕側への突破とボールをキャッチした瞬間のシュート」を防ぎやすくする「できるだけ近い間合い」を作っていた。また、センターが「9mラインよりも高い位置」でボールをキャッチしそうなときは、「小刻みで走るステップ」を使って「利き腕側への突破」を防ぎやすくする「自分とセンターが腕を伸ばして手が当たる間合い」と「ボールと自分の顔が一直線の位置」を取り、相手がボールをキャッチする前に止まることを心がけていた。これらのことは、卓越した防御プレーヤーは、マークする攻撃プレーヤーがボールをキャッチするときの距離に応じて異なる前に詰めるプレーを実践していたことを示している。また坂元氏は、マークする攻撃プレーヤーがボールをキャッチしそうな距離について「ランニングステップで前に詰め始めたとき」だけではなく、前に詰めているときにも予測していた。たとえば「予想したよりも早いタイミングで右バックがボールをキャッチしそうなら」、早い段階で相手との間合いを縮めるための「ランニングステップ」から左右の位置取りを調整するための「サイドステップ」に切り替え、フェイントを使った突破を阻止しやすい間合いと位置を取っていた。

これらのことは、卓越した防御プレーヤーはオフザボールにおいて前に詰め始めるときにはすでに、マークする攻撃プレーヤーがボールをキャッチしそうな位置からその戦術的意図を探り、オンザボールにおける相手のプレーを予測していることを示している。さらに、詰めている最中も予測し続けることで、詰め始めた段階で予測したプレーとは異なるプレーを相手を実践しそうな場合でも、自身の前に詰めるプレーを変化させることで突破阻止しやすい適切な準備をしようとしていることを示している。

3) けん制

攻撃プレーヤーはシュートやフェイントをしかける

ためには、対峙している防御プレーヤーとの距離を確保しながらパスを受ける必要がある(スポーツイベントハンドボール編集部, 2015, pp.110-111)。しかし、ボールを保持する前にあらかじめ防御プレーヤーに間合いを詰められてしまうと、ボールをキャッチした直後の防御プレーヤーによる接触を避けたり、防御プレーヤーによるパスインターセプトを避けなければならず、勢いを持ってボールを受ける助走が行えない。卓越した防御プレーヤーは、このようなプレーを強いるために、いわゆるけん制を有効に使っていた。

けん制の方法について、佐藤氏は「センターにボールが入った瞬間に左バックとの距離を僕が腕を伸ばしたくらいまで近づいて…」、青戸氏は「右バックへのパスコースより少し下の位置で…攻撃のフェイントをするように動く」と語っていた。さらに、けん制のねらいについて、佐藤氏は「左バックのスピードをつけた走り込みを防ぐ…ボールをキャッチする位置をシュートされても怖くないところまで下げる」、青戸氏は「右バックの走り込むスピードを落としてたり、ボールをキャッチする位置をゴールから遠ざけ…助走の方向を非利き腕側に限定させて…シュートを打つまでに時間のかかる体勢でボールを持たせる」と語っていた。

卓越した防御プレーヤーは、けん制の動きを積極的に利用し、マークする攻撃プレーヤーのボールをもらう前の動きに対して心理的・空間的に圧力をかけ、それに対応させることを志向していると考えられる。具体的には、ボールをキャッチし、すぐにシュートを打てる体勢を制限すること、特に走り込むスピードを抑えることを重視していると考えられる。なお、佐藤氏が「大型の左バック」をマークするときけん制をすることで、相手が「スピードやパワーを生かせない状態」を作り出し、突破を阻止していたことから、けん制がシュート力やフェイント力のある攻撃プレーヤーの長所を押さえ込む有効なプレーであることが分かる。

2. 突破阻止に有効なオンザボールの防御プレー

攻撃プレーヤーは1対1による突破をするために、ボールをキャッチした後、瞬間的に止まる動きをしながら、対峙している防御プレーヤーの動きに対して適切な判断を下し、シュートやフェイントなどいくつかの選択肢の中から最も有効なプレーを選択する(スポーツイベントハンドボール編集部, 2015, p.56)。これに対して防御プレーヤーは、まず、攻撃プレーヤーが選択できるプレーを制限すること、次に選択したプレーに対して適切に対応すること、さらに突破されそ

うな場面に陥っても対応できる状態を作っておくことを志向していた。

マークする攻撃プレーヤーが9mラインよりも高い位置でボールをキャッチしたときの動きについて、山口氏は「僕とセンターが腕を伸ばして手が当たる間合い…ボールと自分の顔が一直線になる位置で…(センターが右利きであれば)左脚を前に出して手を胸の高さにして構えます」と語っていた。さらに、永島氏は「ボールをキャッチしたセンターに触れるくらいの間合いで利き腕側に位置を取り、センターの利き腕に近い方の脚を出してハンドアップして構えます」と語っていた。これは戦術的には、マークする攻撃プレーヤーに対しては、利き腕側への突破に対してはすぐに接触してそれを阻止できる間合いと位置を取っていること、早いタイミングでの防御プレーヤーの頭上からのステップシュートやランニングシュートに対しては、シュートブロックを使ってシュートコースを限定し、ゴールキーパーとの協力関係を作っていることを意味する。つまり卓越した防御プレーヤーは、マークする攻撃プレーヤーがボールをキャッチして止まったときに、攻撃プレーヤーにいつでも接触できる間合い、攻撃プレーヤーの利き腕側の位置取り、いつでもシュートブロックできる構えを実践し、利き腕側への突破と早いタイミングでのシュートというプレーを選びづらくさせているのである。

「そうすると右バックはフェイントを使って左右どちらかに抜いてくる」(坂元氏)、「フェイントが得意な右バックに対しては…(右バックの)脚が見やすい距離に立ったりしてフェイントをかけづらくしておけば不意なシュートに注意しておくだけ」(青戸氏)となり、マークする攻撃プレーヤーに対して、フェイントをして防御プレーヤーをかわしてシュートを打つしかない、ジャンプシュートに切り替えるしかないというように、突破を試みるためのプレーが限定される状況を突きつけられる。その後、「シュートを打ってくれば…(相手の)利き腕の手首の下と逆腕のひじの辺りを押さえます」(青戸氏)、「フェイクしているときは…我慢して…左バックが…動き出した瞬間にスーッと前に詰めて懐に入り…対応していました」(佐藤氏)という語りから、卓越した防御プレーヤーは、最終プレーに適切に対応し、突破を阻止できることがわかる。

さらに、青戸氏は、左利きの右バックに接触するときの位置取りがずれて、半身抜かれたとき「左腕をクッとひねってフックをかけ…脚が勝手に相手の動きについていく」状態をつくることでフリースローを取

り攻撃を中断させていた。永島氏はセンターに接触するときの位置取りが半身ずれたとき、「肩で相手をグッと押し出し」「自然に脚がついてきて、相手に密着し続ける」ことで警告や退場を受けることなくフリースローを取っていた。これらは「左腕で相手のお腹を押さえる」のではなく、「左腕を相手の右ひじの辺りに置いた状態」(青戸氏)、「腕の力だけを使って相手の体を捕まえる」のではなく、「脚でエリアから放り出す…腕ではじき出す」(永島氏)イメージで接触するプレーをしているため、自らの動きかたを変えることができ、相手に突破されそうな場面においても対応できることを示している。つまり卓越した防御プレーヤーは、スイングフェイントやターンフェイントといった位置取りのずれを利用した相手の突破の試みにもいつでも対応できる状態で接触するプレーを実践していると考えられる。

3. 1対1 防御戦術の構造

金子は球技における競技力の高い選手について、相手の未来の動きかたを先読みする能力(金子, 2005b)を前提とした、どんな状況の変化、どんな相手のとっさの動きの変化にも間髪を入れずに同時的にその戦術を即興できる能力(金子, 2005a)、すなわち即興性を備えた選手であると述べている。このことは、卓越した防御プレーヤーによる攻撃プレーヤーの1対1の突破を阻止する動きは、刻々と変化する現前のプレー状況に合わせて、オフザボールにおける前に詰めるプレーやけん制、オンザボールにおけるシュートブロックや相手に接触するプレーなどの有効な行為をつぎつぎに即興していくことで成立していると理解できそうではある。

しかし、青戸氏が実践していた、(相手の)利き腕の手首の下と逆腕のひじの辺りを押さえてシュートを阻止するプレーは、シュートしか選択できなかった相手の行為に対するものであった。それは、相手がボールをキャッチした瞬間にフェイントをかけづらくなる位置や間合いを予め取ることによって実現させていた。また、佐藤氏の相手が左右どちらかに動き出した瞬間にスーッと前に詰めるプレー、坂元氏の右バックの脚が動いた瞬間に脚を大きく踏み出して接触するプレーは、「相手にフェイントをかけさせる」(佐藤氏)、「右バックに対してアウトに突破しようと思わせる」(坂元氏)という語りからも分かるように、マークする攻撃プレーヤーにフェイントを使った突破を試みさせて阻止するという意図的な行為であった。これらのこと

は、卓越した防御プレーヤーが実践している1対1防御プレーは、ボールを保持した攻撃プレーヤーの動きから相手の運動メロディーを先読みのとらえて(金子, 2002, p.284)即興的に実践している行為ではないことを示している。むしろ、即興に対応しなければならない状況をできるだけ排除し、相手の最終プレーに対して適切に対応できる状況を意図的に作り出していると考えられるのである。

會田(2008, p.70)は、卓越した選手がプレー状況を有利にするために行っているさまざまな動きは、それ自体に固有の意味を持つのではなく、その動きの前に行った動きとの関連の中ではじめて意味を持つことを指摘している。このことは、オンザボールになってからの即興性を排除するプレーは、オフザボールにおける動きとの関係の中で有効に機能することを意味していると考えられる。つまり、卓越した防御プレーヤーが実践している「マークする攻撃プレーヤー中心またはボール中心の位置取り」、「相手がボールをキャッチしそうな位置に応じた異なる前に詰める動き」、「走り込むスピードを抑えるけん制」といったオフザボール中の防御プレーは、「ボールをキャッチした相手が早いタイミングでのシュートと利き腕側への突破を実行しにくい間合いと位置取りで構える」という、オンザボールになった瞬間の防御プレーの前提として機能しているのである。

一方、永島氏、青戸氏の語りから位置取りがずれてしまった場合は、警告や退場を受けることなくフリースローを獲得できるような接触のやり方を実践していたことが分かった。これは卓越した防御プレーヤーは、突発的に状況が変化し、不測の事態が起きた場合にも対応できる手段を所有した状態、つまり、リスクマネジメントが可能な状態でマークする攻撃プレーヤーに対峙していると捉えることができる。

これらのことを考え合わせると、卓越した防御プレーヤーによる突破阻止に有効な1対1防御戦術は、即興性を排除するためのプレー、相手の最終プレーへの適切な対応、突発的な状況変化に対するリスクマネジメントから構成されていると解釈できる。

V. 結 論

本研究の目的は、一流選手の持つ実践知を知識化することでハンドボールにおける突破阻止に有効な1対1防御戦術の構造を明らかにし、ジュニア期の選手に対する個人防御戦術力の向上に役立つ知見を実践現場

に提供することであった。この目的を達成するために、国際レベルで活躍した経験を持つ5名の防御プレーヤーを対象にインタビュー調査を行い、1対1防御戦術の構造に関する語りを質的に分析した。結果は以下の通りであった。

- 1) 卓越した防御プレーヤーは、1対1防御のオフザボール時はマークする攻撃プレーヤー中心またはボール中心の位置取りを状況に応じて使い分け、相手がボールをキャッチしそうな位置に応じた前に詰める動きを変化させ、相手の走り込むスピードを抑えるけん制を行っている。また、オンザボール時は相手が早いタイミングでのシュートと利き腕側への突破を実行しにくい間合いと位置取りで構え、警告や退場を受けることなく相手のシュートやフェイントを使った突破を阻止する接触プレーを行っている。
- 2) 卓越した防御プレーヤーが実践している1対1防御プレーは、攻撃プレーヤーの動きから戦術的な意図を瞬間的に読み即興に対応している行為というよりも、即興性を排除するプレー、相手の最終プレーに対する適切な対応、突発的な状況変化に対するリスクマネジメントから構成されている行為であると考えられる。

謝辞

本研究の実施に際し、調査への協力を快諾し、調査用紙への回答、面接調査への対応をいただいた一流競技選手の皆様に、心より感謝の意を表します。

付記

本研究の一部は、科学研究費補助金(基盤研究C課題番号16K01695)を受けて実施された。

注 記

- 1) ここでいう均衡とは、各攻撃プレーヤーが1人の防御プレーヤーによってマークされている状態(大西, 1998)のことを示す。したがって、均衡打破とは、攻撃活動によって、防御プレーヤーのマークを受けない(ノーマーク)攻撃プレーヤーを作り出すことを意味する。
- 2) 一般に、状況と情況は区別されておらず(北原・鳥飼, 1995)、いずれも、刻々と変化しているある物事のそのときのありさまを示している(金田一・池田, 1994)。本論では、原則的に「状況」を用いるが、引用した文献の原典が「情況」という用語を用いている場合には、「情況」を用いる。

文 献

阿江通良(1999) 動きのコツをさぐる。体育の科学, 49 : 868-869.

- 阿江通良編 (2001) 平成12年度スポーツ医・科学研究報告 No.VIII ジュニア期の効果的指導法の確立に関する基礎的研究—第1報—. 財団法人日本体育協会：東京, p.2.
- 會田 宏 (1992) ボールゲームにおける技術の特性および技術トレーニングのあり方—球技運動学的視点からの一考察—. スポーツ運動学研究, 5 : 17-25.
- 會田 宏 (2006) 個人戦術. (社) 日本体育学会監修 最新スポーツ科学事典. 平凡社：東京, p.179.
- 會田 宏 (2008) ハンドボールのシュート局面における個人戦術の実践知に関する質的研究：国際レベル活躍したゴールキーパーとシューターの語りを手がかりに. 体育学研究, 53 : 61-74.
- 會田 宏 (2012) 球技の個人戦術における実践知の構造に関する研究—ハンドボールの事例を中心に—. 平成23年度筑波大学大学院博士論文.
- ブルア・ウッド：上淵 寿ほか訳 (2009) 質的研究法キーワード. 金子書房：東京, p.28.
- 土井秀和 (1992) ボールゲームにおける戦術トレーニングの研究. 大阪教育大学紀要第IV部門, 41 (1) : 69-82.
- 船木浩斗・會田 宏 (2014a) ハンドボール競技のセットディフェンスにおける1対1のプレー方法に関する研究. 体育学研究, 59 : 329-343.
- 船木浩斗・會田 宏 (2014b) ハンドボールにおける1対1の突破阻止に関する動きのコツ：卓越した防御プレーヤーの語りを手がかりに. ハンドボールリサーチ, 3 : 1-8.
- へibel：朝岡正雄訳 (2001) 専門家の知—その構造と改善について—. スポーツ運動学研究, 14 : 59-68.
- 金子明友 (2002) わざの伝承. 明和出版：東京.
- 金子明友 (2005a) 身体知の形成 (上). 明和出版：東京, p.256.
- 金子明友 (2005b) 身体知の形成 (下). 明和出版：東京, p.50.
- 川野健治 (2007) 臨床・社会心理学における質的研究の留意点. 秋田喜代美・能智正博監 初めての質的研究法 臨床・社会編. 東京図書：東京, p.61.
- 金田一晴彦・池田弥三郎編 (1994) 学研国語大辞典 (第2版). 学習研究社：東京, p.927.
- 北原保雄・鳥飼浩二編 (1995) 同音語同訓語使い分け辞典. 東京堂出版：東京, p.192.
- 栗山雅倫 (2006) 個人戦術能力評価に関する考察—ハンドボール競技「1対1局面」に着目して—. ハンドボール研究, 8 : 92-95.
- 丸井一誠 (2012) 小学生のハンドボール授業における攻撃側の「ボールを持たない動き」の特徴に関する研究—ゲーム様相との関連性に着目して—. スポーツ教育学研究, 31 : 1-11.
- 三木四郎 (1996) 新しい運動学習を考える. 吉田 茂・三木四郎編 教師のための運動学. 大修館書店：東京, p.43.
- 村山孝之・田中美吏・関矢寛史 (2009) 「あがり」の発現機序の質的研究. 体育学研究, 54 : 263-277.
- 無藤 隆・山田洋子・南 博文・麻生 武・サトウタツヤ編 (2004) 質的心理学. 新曜社：東京, pp.4-5.
- 水上 一・大西武三・河村レイ子 (1984) ハンドボール競技における戦術的研究—セットオフenseでの戦術—. 筑波大学体育科学系運動学類運動学研究, 1 : 43-49.
- 水上 一 (1993) 球技の戦術—ハンドボール競技を例として—. スポーツ運動学研究, 6 : 99-103.
- 中山雅雄・浅井 武 (2009) サッカープレーヤーの発達段階および課題の制約としてのプレーエリアの大きさがパス技能に与える影響. 体育学研究, 54 : 343-353.
- 中込四郎 (2003) 面接調査の方法について. 阿江通良編 平成14年度スポーツ医・科学研究報告No.III ジュニア期の効果的指導法の確立に関する基礎的研究—第3報—. 財団法人日本体育協会：東京, pp.3-4.
- 西島尚彦・松浦義行・大沢清二 (1985) バレーボールゲームにおけるチームパフォーマンスの決定因子とその勝敗との関連. 体育学研究, 30 : 161-171.
- 大西武三・水上 一・河村レイ子 (1983) 現代スポーツコーチ実践講座7 ハンドボール. ぎょうせい：東京, p.110.
- 大西武三 (1998) ハンドボールにおける世界のトップレベルチームの戦術について—セットオフenseの戦術—. 筑波大学体育科学系紀要, 21 : 63-75.
- シュワント：伊藤 勇ほか訳 (2009) 質的研究用語事典. 北大路書房：京都, p.53.
- スポーツイベントハンドボール編集部編 (2015) ハンドボール目からウロコの個人技術. グローバル教育出版：東京.
- シュテラー・コンツァック・デブラー：唐木國彦訳 (1999) ボールゲーム指導事典. 大修館書店：東京, pp.111-112.
- 寺下貴美 (2011) 第7回質的研究方法論—質的データを科学的に分析するために—. 日本放射線技術学会雑誌, 67 : 413-417.
- 徳田治子 (2007) 半構造化インタビュー. やまだようこ編 質的心理学の方法—語りをきく—. 新曜社：東京.
- 山田永子・大西武三・中川 昭 (2010) 女子ハンドボール競技における日本代表チームとヨーロッパ諸国代表チームの攻撃様相の比較—特にシュート場面について—. スポーツ方法学研究, 23 : 1-13.
- 山田永子 (2011) わが国の女子ハンドボール競技におけるシュートプレーの問題点とその改善に関する研究—ヨーロッパ強豪国との比較に基づいて—. 平成22年度筑波大学大学院博士論文.
- やまだようこ (2000) 人生を物語ることの意味—ライフストーリーの心理学. やまだようこ編 人生を物語る. ミネルヴァ書房：京都.
- 財団法人日本ハンドボール協会編 (2009) NTS2009 ナショナル・トレーニング・システム. 文伸：東京, pp.8-12.

平成28年2月8日受付

平成28年4月25日受理