

ハンドボールの基礎

The basics of the Handball

1 k 0 3 b 0 6 1 - 6

岸川英誉

指導教員 主査 寒川恒夫 先生 副査 杉山千鶴 先生

私がこの題目で卒業論文を書こうと思ったきっかけは、今までハンドボールの基礎を自ら調べ、深く知っていこうと試みたことが無く、ただ試合での経験や監督・コーチに教えられた事・試合を観て学ぶことで、自分の中でのハンドボールを確立してきたためもう一度、基礎や自分のプレーを見直していこうと思ったからであり、個人が基礎を理解しているということは、意思の疎通も容易であり、オフenseにおいても、ディフェンスにおいても深い戦術が立てられ幅広いプレーが多くなる。よって私は、もっとハンドボール自体を知りたいと感じ、近代ハンドボールの基礎を考え、習得しこれからの自分に役立てようと思ったからである。

ハンドボールで基礎は重要であり、これを理解していなければスムーズな試合展開を行うことができない。ルール・ポジション別の役割・パス・シュート・戦術の基礎を理解することで初めて試合が成立する。

ここでは、その基礎を理解するためにそれぞれの目的・局面でのプレーなどを重点的に述べている。

パスの目的は攻撃の最終目的であるシュートに結びつけるための、チーム最大の攻撃手段である。どこに出せばいいのか、いつ出せばいいのかという、適切な状況判断が正しく、速くできることが大切なことである。パスには、状況判断のもとに、味方がキャッチしやすいスピード・タイミング・コントロールで投げる必要がある。パスはシュートとは違い、味方の選手が取りやすいボールの投げ方をしなければならない。そして、どんなに良い位置を取ってシュートチャンスをつかんでいたとしても、パスが悪ければつぶしてしまう。トップスピードで人と人が激しくぶつかり合うコンタクトプレーの中で、正確なパスや多彩なパスワークは相手の意表をつき幅広い戦術につながる。味方を有利な状況でプレーさせるために多くの投げ方をマスターし、パスとして駆使していけるようになることが大切である。

シュートは、正確なパスワークや巧みな戦術など全てのプレーの最終的な目的である。シュートを決めることで有利な試合展開ができ、勝利へと近づける。シュートの正確さで試合の勝敗が決するといっても過言ではない。シュートに必要なことは、その局面に応じたシュートを打つことであり、キーパーの動きをよく見てセーブされないように

変化・角度をつけて打つことである。そうすることによりキーパーとの駆け引きを制し、正確なシュートへと近づけることができる。全てのプレーヤーは最終プレーの局面にいるポジション特有のシュート技術を用いることが出来た上で正確に得点チャンスをものにしていかなければならない。

戦術の目的は、個人技術・パスワークを駆使しながらシュートへ結びつけることである。

戦術を理解し、新たに創造していく事で多くの得点チャンスが生まれ、勝利に近づけることができる。戦術のなかで技術を発揮していくためには個人のとっさの判断力がキモとなり、判断力がないと高い技術を持っていたとしても発揮できずに終わってしまう可能性がでてくる。戦術を深く理解し、技術を生かす判断力を養っていかななくてはならない。近代ハンドボールの戦術で特に重要視されているのは速攻である。数的劣勢にある相手の奇襲を基礎としているため、使われるディフェンスシステムとは無関係に、どのチームにおいても積極的に用いられている戦術である。よく考えられて行なわれた速攻は、ディフェンスとの戦いを排除するため、比較的容易に得点に結びつく。速攻の成功はチームの士気の大いに影響を与える。また相手チームには心理的に悪影響を与えることができ、オフenseの時におけるボール扱いが慎重になってくる。その結果、速攻における相手の受ける影響が大きいため有利な試合展開が望めるのである。

これら全ての基礎は、常に試合で勝つことを目標においた場合の最低条件となる。スポーツだけではなく全てのことで、土台となる基礎を固めるということは成功への最も効果的な近道となりうる。