

博士論文

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防御に関する研究

令和2年度

船木浩斗

筑波大学

目次

第1章 序章	1
1. 研究の背景	1
(1) ハンドボールにおけるセットディフェンスの重要性	1
(2) セットディフェンスにおける1対1防御の重要性	4
(3) 先行研究の検討	4
1) 記述的ゲームパフォーマンス分析を用いた1対1攻防プレーに関する研究	5
2) 条件設定された実験を用いた1対1防御プレーに関する研究	8
3) 質的研究を用いた1対1攻撃プレーに関する研究	9
4) 海外や国内の指導書に見られる1対1防御プレーの指導内容と方法	11
(4) まとめ	14
2. 研究の目的	15
3. 用語の定義	16
第2章 突破阻止に有効な1対1防御プレーの検討	19
1. 目的	19
2. 方法	19
(1) 研究対象チーム	19
(2) 研究対象とした試合	22
(3) 分析対象としたプレー	24
(4) 研究手順	24
(5) 分析項目	24
1) 1対1防御におけるプレー方法に関する分析項目	24
2) 突破阻止の成否に関する分析項目	26
(6) データの分析方法	27
(7) 分析結果の処理方法	28
1) レベル別にみた1対1防御におけるプレー方法の違い	28
2) レベル別にみた1対1防御における突破阻止の成否の違い	28

3) レベル別にみた 1 対 1 防御における突破阻止の成否に影響を及ぼす	
	プレー方法..... 28
3. 結果	29
(1) レベル別にみた 1 対 1 防御におけるプレー方法の違い	29
1) 第 1 局面における 1 対 1 防御のプレー方法の違い	29
2) 第 2 局面における 1 対 1 防御のプレー方法の違い	31
3) 第 3 局面における 1 対 1 防御のプレー方法の違い	33
(2) レベル別にみた 1 対 1 防御における突破阻止の成否の違い	35
(3) 世界レベルにおける突破阻止の成否と 1 対 1 防御のプレー方法との関係	35
1) 第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法	35
2) 第 2 局面における 1 対 1 防御プレー方法	37
3) 第 1 局面における 1 対 1 防御プレー方法	37
(4) 日本レベルにおける突破阻止の成否と 1 対 1 防御のプレー方法との関係	40
1) 第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法	40
2) 第 2 局面における 1 対 1 防御プレー方法	40
(5) 大学レベルにおける突破阻止の成否と 1 対 1 防御のプレー方法との関係	41
1) 第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法	41
2) 第 2 局面における 1 対 1 防御プレー方法	42
3) 第 1 局面における 1 対 1 防御プレー方法	43
4. 考察	46
(1) オンザボール時における有効な防御プレー	46
(2) オフザボール時における有効な防御プレー	48
5. 要約	50
第 3 章 日本国内の選手に対する 1 対 1 防御の指導の要点	52
1. 目的	52
2. 方法	53
(1) 実践現場における 1 対 1 防御の捉え方	53
(2) 対象者	54
(3) インタビュー調査期間	56

(5) 山口修氏のテキスト	84
1) センターが 9m ラインよりも高い位置でプレーするときの対応	84
2) センターが 9m ラインの中でプレーするときの対応	85
3) 動きのコツの獲得過程	86
4) 推奨される国内の選手に対する 1 対 1 防御の指導	88
4. 考察	88
(1) 突破阻止に有効な 1 対 1 防御戦術力の構造	88
1) 突破阻止に有効なオフザボールの防御プレー	88
①位置取り	88
②詰め	89
③けん制	90
2) 突破阻止に有効なオンザボールの防御プレー	91
3) 1 対 1 防御戦術力の構造	92
(2) 実践知の獲得過程と国内の選手に対する指導の要点	94
1) オフザボールのコツをつかむ前の選手の特徴と指導の問題点	94
2) 選手がオフザボールにおける位置取りの変化を習得するための要点	96
3) オンザボールのコツをつかむ前の選手の特徴	98
4) 選手がオンザボールのコツをつかむきっかけと指導の要点	99
5. 要約	100
第 4 章 終章	104
1. 結論	104
2. 実践現場への提言	107
3. 今後の課題	109
注	111
引用文献	112
謝辞	120

第1章 序章

1. 研究の背景

(1) ハンドボールにおけるセットディフェンスの重要性

ハンドボールのゲームの目標は、ボールを手で相手チームのゴールに投げ入れ、自分のゴールを相手の攻撃から防御することにある（シュテラーほか、1993, p.355）。ゲームの勝敗は、定められた競技時間内にあげた得点によって決定されるため、コーチ、プレーヤー、観客の多くが攻撃への興味を抱いている（ホーレ、1985）。しかし、相手チームによる失点数を自チームの得点数より1点でも少なくすれば、ゲームで勝利を収めることができる。防御は攻撃と同じくゲームで勝つための基本的な柱になる。

1970年代に7人制のハンドボールが世界に広く普及すると、ハンドボールの攻撃および防御戦術は、相対する防御および攻撃戦術との対立的な関係の中で合目的的に発達してきた（會田、1994）（図1）。すなわち、自チームの長所を効果的に発揮し、短所を広く補償するように、また、対戦チームの長所をできるだけおさえ込み、短所を効果的に利用するように戦術が計画されて発達してきたのである（水上、1993）。1990年代以降に着目すると、攻撃では、優れた体力や技術を持ち、即興力、想像力のあるプレーヤーが増加し、それを基にしたグループ戦術、チーム戦術が繰り広げられるように発達した。それに対して防御では、バリエーション豊かなチーム戦術を持ち、それらをゲーム中に戦略的に行使することで攻撃に対抗してきた（シュペーテ、2003）。この時代の防御戦術の発達をリードしたのは、男子フランス代表チームである。1995年男子世界選手権大会では、従来の事前計画の枠組みにはまった組織的な防御ではなく、ジャクソン・リシャーソンを中心にした臨機応変で柔軟な防御を武器に初優勝を収めた。防御の個人戦術に優れたプレーヤーを育てることを通して、様々な防御戦術を可能にさせ、チームの競技力を向上させていったのである（大西、2003）。このことは、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）を考え合わせると、チームの競技力向上のために、個の育成を基盤とした防御トレーニングの開発が重要であることを示している。

大西（1997）は、ハンドボールの先進国の資料に基づき、ゲーム局面の再構築を行っている。そこでは、ゲームは速攻、速攻に対する防御、セットオフense、セットディフェ

ンスの4局面から構成されるのが適切であると述べている(表1)。また、ハンドボールのゲームでは、セットオフenseによる得点が速攻を上回っている(大西ほか, 1983, p.168; 山田, 2011, p.35)。このことは、セットディフェンスとセットオフenseが対峙する攻防局面が、ゲームの勝敗に大きく影響することを示している。

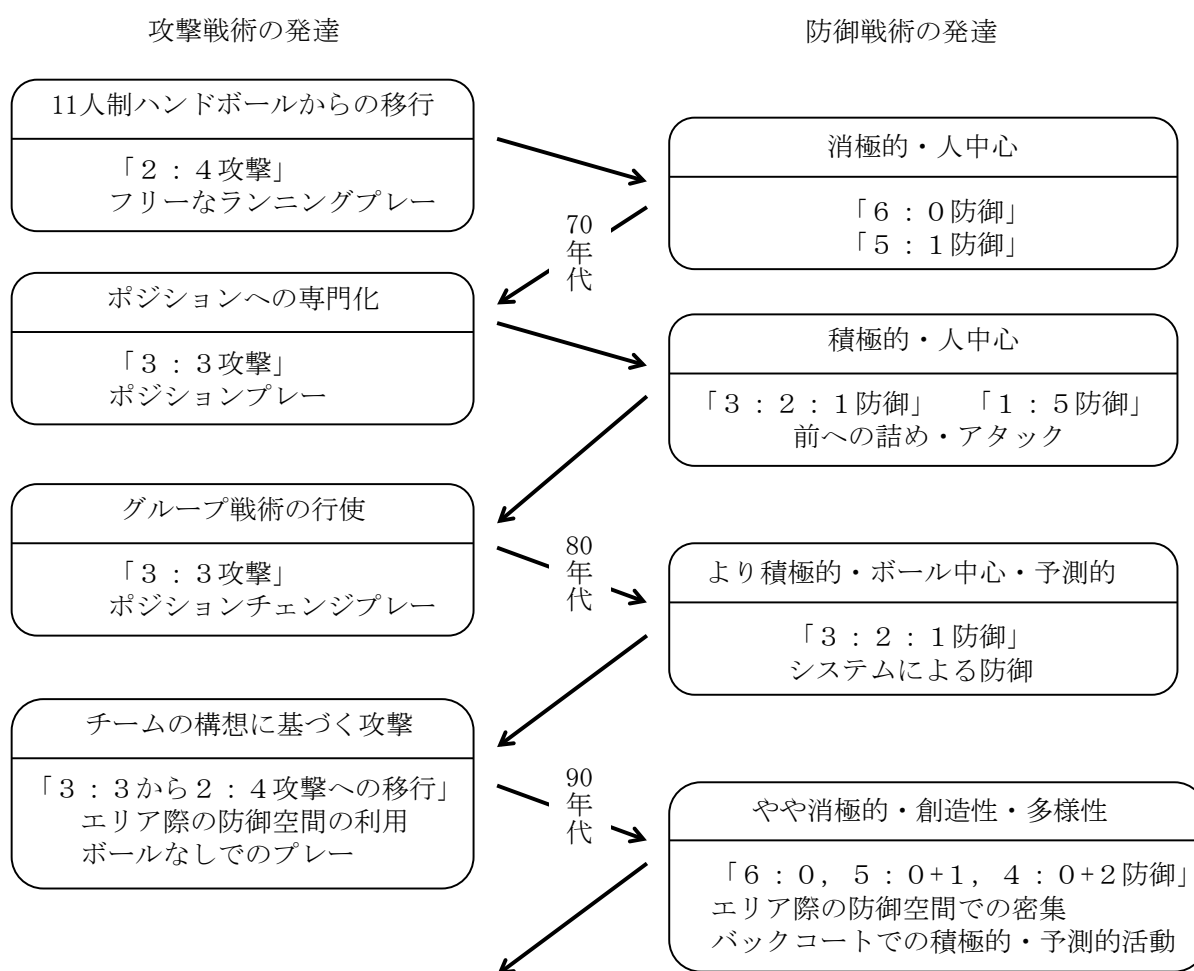


図1 ハンドボールの防御戦術および攻撃戦術の発達(會田, 1994を一部改変)

セットオフenseはゆさぶり、均衡打破^{注1)}、継続、シュートの4つの局面に分けて捉えられている(大西, 1997; 山田, 2011, p.27)(図2)。ゆさぶり局面は、各攻撃プレイヤーが前を攻め、防御プレイヤーを集中させたり、分散させたりすることによって、防御プレイヤーとの均衡を破りやすくするための局面である。均衡打破局面は、組織的なねらいを持ち個人戦術やグループ戦術を行使して、数的または空間的に有利な状況を作り出すために均衡を破る局面である。継続局面は、シュート機会を得るまでプレーを継続する局面

である。

表 1 ハンドボールのゲームの局面（大西，1997 の分類を一部改変）

	攻撃の局面		防御の局面	
速攻	①攻撃のスタート	—	①戻り	速攻防御
	②均衡打破	—	②均衡打破に対する防御	
	③継続	—	③継続に対する防御	
	④シュート	—	④シュートに対する防御	
セットオフense	①ゆさぶり	—	①防御の組み立て	セットディフェンス
	②均衡打破	—	②均衡打破に対する防御	
	③継続	—	③継続に対する防御	
	④シュート	—	④シュートに対する防御	

シュート局面は，ゴールキーパーと対峙し，シュートを打つ局面であり，試合の勝敗を直接決定する最も重視されている局面である（江成，1980）．均衡打破局面において，攻撃プレイヤーが防御プレイヤーとの均衡を破った場合，継続局面やシュート局面に移行する．しかし，破ることができなかつた場合は，ゆさぶり局面から先の局面に進めない．このことはディフェンスの立場から見ると，攻撃プレイヤーにシュート局面を作らせないためには，均衡打破局面におけるプレーが最も重要であることを意味している．

均衡打破局面における組織的なねらいを持った攻撃プレーには，1 対 1，ブロックプレー，クロスプレー，ダブルポストへの移行がある（エーレット，2003）．均衡打破局面を有効に守るためには，これらの攻撃の個人戦術およびグループ戦術に対して適切に対処することが重要となる（図 3）．

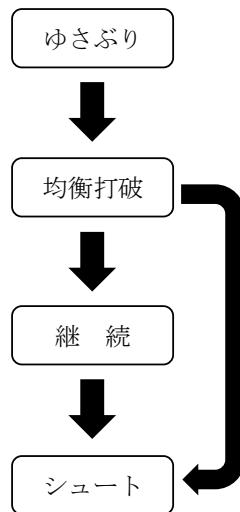


図2 セットオフENSにおける4つの局面

攻撃戦術	1対1	ブロックプレー	クロスプレー	ダブルポスト
防御戦術	1対1 に対する防御	ブロックプレー に対する防御	クロスプレー に対する防御	ダブルポスト に対する防御

図3 均衡打破局面における攻撃と防御の対峙

(2) セットディフェンスにおける1対1防御の重要性

水上ほか(1984)は、セットオフENSにおける均衡打破局面において、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。大西ほか(1983, p.110)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。さらに河村ほか(1986)は、1対1の突破からのシュートは成功率が高いと述べている。これらのことは、均衡打破局面では、チームがいずれのディフェンス隊形を採っても、またいずれのチーム戦術を採っても、それぞれの防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーとの1対1の場面において、突破されない個人戦術を身につけることの重要性を示していると考えられる。

(3) 先行研究の検討

1) 記述的ゲームパフォーマンス分析を用いた1対1攻防プレーに関する研究

記述的ゲームパフォーマンス分析とは、研究目的に応じて項目を定め特定の表記方法を使って試合でのチームやプレーヤーのパフォーマンスを記録し、その記録結果を特定の観点から数量的に処理する手法である（中川，2011）。球技における学術的な研究分野での戦術行為の分析で用いられたり（長野ほか，2010；大高ほか，2007；鈴木・西嶋，2002；高橋ほか，2006；山田ほか，2010），ナショナルレベルの強化活動の一環として各競技団体に実施されたりすることが多い（中川，2011）。

現在では、球技におけるいくつもの種目において目的に応じた様々な研究が行われている。それは、選手やチームの競技力に関する評価、戦術の有効性に関する検証、ゲームにおける規則性とゲーム構造の解明、プレーの成功要因に関する検討、ルール変更の検討、ゲーム様相の変化についての検討などに分けられる（小俣ほか，2019；中川，2011）。

記述的ゲームパフォーマンス分析を用いた研究については、いくつかの限界が指摘されてはいるものの（瀧井，1989；會田，2008），実際のゲームそのものを分析できるという大きな利点（山田，2011，pp.5-6）がある。また、選手のパフォーマンスをゲームの流れの中で評価できる（グリフィンほか，1999）ため、この方法を用いた研究から得られた知見は、コーチの立場から見ると指導する際に解決すべき課題を示唆する（中川，2011）と言われている。これらのことから、分析項目の設定や分析のやり方などに関する研究の方法論が適切な形で用いられれば、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて実際のゲームで見られる1対1防御プレーを検討した研究は、実践現場に役立つ知見を提供できる有用な研究とみなすことができる。

記述的ゲームパフォーマンス分析の方法を用いた、ハンドボールの1対1防御プレーに関する研究は、海外や国内において僅かであるが行われている。

まず、世界トップレベルの選手が実践している1対1防御プレーの実態から有効な1対1防御プレーを導こうとする研究として、Balint（2012）は、2011年男子世界選手権において、トップ3に入った国（フランス，デンマーク，スペイン）と19位であったルーマニアの試合における1対1防御プレーの結果を比較している。その結果、トップ3に入った国の選手はルーマニアの選手に比べて、相手からボールを奪ったり、相手のシュートをブロックしたり、攻撃を中断したりして1対1防御プレーを終えることが多いことを明らかにしている。また、Gruko et al.（2018）は、2013年と2015年の男子世界選手権におけるそれぞれの試合で見られた1対1防御プレーの結果を比較し、2015年のほうが2013

年に比べて2分間退場になった数が多かったことを明らかにしている。また、この結果をもたらした原因として、2015年の試合において各防御プレイヤーが、ボールを保持している攻撃プレイヤーからボールを奪ったり、攻撃を中断したりするために、活動的に動く防御プレーを実践することを意図していたことをあげている。

次に、日本国内の大学生の1対1防御プレーを対象に調査を進め、コーチング現場における1対1防御の指導に有用な知見を導こうとする研究として、明石ほか(2008)は、大学男子チームのプレイヤーを対象に、個人の防御プレーを評価する13項目を作成し、ポイント化することで、ゲームにおける個人防御貢献度の数値化を試みている。その結果、「フリースローを獲得する」、「シュートブロックをする」、「ドリブルカットをする」など、従来のスコア表には表示されないプレーに関しても評価が可能であるとして、実践現場における活用を示唆している。また、松木・會田(2012)は、2009年関東学生春季リーグ戦における男子1部の16試合を標本に、個人の防御行動における積極性および予測性がどのように1対1防御プレーの結果に影響しているかについて分析している。その結果、マークする攻撃プレイヤーに対する接触を伴う前に詰める動きとけん制を伴う1対1防御プレーは相手のシュート達成を妨げやすいこと、反対に、これらの動きを伴わない1対1防御プレーは相手にシュート達成されやすいことを明らかにしている。

さらに、海外と日本国内の小学生年代における1対1防御プレーの違いを明らかにしようとする研究として、中山・會田(2019)は、日本(北陸電力)とドイツ(ライプツィヒ)それぞれの小学生トップレベルチームの選手を対象に、攻撃プレイヤーの突破に対する守り方を分析している。その結果、日本の小学生は自陣のゴールに近い位置で、攻撃プレイヤーのパスやシュートの制限または進路の遮断のいずれも行わないことが多いこと、ドイツの小学生は自陣のゴールから離れた位置でマークする攻撃プレイヤーのパスやシュートの制限または進路の遮断のいずれかを行うことが多く、日本の小学生に比べてマークする攻撃プレイヤーからボールを奪って1対1防御プレーを終えることが多いことを明らかにしている。

これらのことは、現場の指導者は選手の1対1防御力の養成に関心があること、また、マークする攻撃プレイヤーに対するけん制や接触を伴う1対1防御プレーと突破阻止の成否との間に関連があることを示唆していると考えられる。しかし、以上の1対1防御プレーに関する研究は、それぞれの対象が世界のトップレベル、大学生、小学生などのうち1つのカテゴリーに限定されていたり、1対1防御プレーを分析する方法がばらばらであっ

たりするなどの問題がある。そのため、攻撃プレイヤーに突破されないために有効な1対1防御プレーを明らかにするためには、いくつかのカテゴリーにおける1対1防御プレーを一定の方法で分析する必要がある。

攻撃と防御は対峙したプレーであるため、有効な攻撃プレーが明らかにされれば、それを阻止するプレーが防御において優先的に養成されるべきプレーとなる。記述的ゲームパフォーマンス分析の方法を用いた1対1攻撃プレーに関する研究は、海外や国内において1対1防御プレーに比べて盛んに行われている。

まず、世界トップレベルの選手が行っている1対1攻撃プレーの実際を明らかにしようとする研究として、杉森（1998）は、1997年男子世界選手権の最優秀選手であるタラント・ドイシェバエフ選手が行った、138本の1対1攻撃プレーをボールを保持する前とボールを保持している間に分けて分析している。その結果、ドイシェバエフ選手のボールを保持している間のプレーの種類は32通りあったことを報告している。また、Gruko et al.（2018）は、2013年と2015年の男子世界選手権それぞれの試合のセットオフenseで見られた、種類別のシュートの成功率を比較している。その結果、1対1を突破した攻撃プレイヤーが打ったシュートの成功率に関して、2015年のほうが2013年よりも11%以上高くなっていることを明らかにしている。

次に、海外や日本国内の大学レベルの選手が実践している1対1攻撃プレーの実態から有効な1対1攻撃プレーを導こうとする研究として、杉森ほか（1991）は、1990年第11回世界学生選手権（男子）の10試合を標本に、出場した選手たちのセットオフenseにおけるシュート以前のミスについて調査している。その結果、均衡打破局面において、オーバーステップとチャージングが多かったことを明らかにしている。さらに、これらのミスは相手チームの得点につながりやすいミスであるため、大学レベルの選手の競技力向上には1対1攻撃プレーにおける正確性、すなわちミスすることなくシュート達成できるようになることが課題であるとしている。山田・山田（2016）は、2014年関東学生春季リーグ戦における女子1部の40試合を標本に、右バックポジションでの有効な1対1攻撃プレーを検討している。その結果、右利きの選手はボール保持の瞬間に、左利きの選手はボールを保持する前に位置取りをアウトに変化させることで1対1の突破をしやすくなることを明らかにしている。中原ほか（2015）は、2012年関東学生春季リーグ戦における女子1部の28試合を標本に、センタープレイヤーの1対1攻撃プレーの特徴を分析している。その結果、センタープレイヤーが行うシュートは、レフトバックおよびライトバック

クのプレーヤーよりも、多くのバリエーションを持っていることを明らかにしている。また、センタープレーヤーは防御側の予測を困難にさせる選択肢を持つために、多様なシュートテクニックを習得する必要があることを示唆している。

そして、世界レベルと日本トップレベルの選手が実践している 1 対 1 攻撃プレーを比較し、日本の選手の特徴や課題を明らかにしようとする研究として、Yamada et al. (2011) は、2007 年から 2009 年までの国際大会における 32 試合を標本に、ヨーロッパと日本それぞれの女子トップレベル選手におけるミドルエリアのシュートを比較している。その結果、日本の女子トップレベルの選手はヨーロッパの女子トップレベルの選手に比べて、ボールを保持してからシュートに至るまでの助走の歩数が多いこと、シュート動作が単一的であることを明らかにしている。山田ほか (2013) は、2011 年から 2012 年の女子ハンドボールにおける、世界トップレベルと日本トップレベルそれぞれの右利きバックコートプレーヤーが実践しているシュートを比較している。その結果、世界トップレベルの選手はそれぞれが自己の形態や個性を生かしてさまざまなシュートを実践していたこと、また、日本トップレベルの選手のシュートを改善するためには、ボールを保持している間の助走歩数を少なくすること、シュートを打つときの上半身の使い方を非利き腕側に傾斜するなどの工夫が課題であることを明らかにしている。平本ほか (2019) は、日本、ノルウェー、スロヴェニアにおける男子のユース代表とフル代表の攻撃パフォーマンスを比較している。その結果、日本が重点的に強化すべきことは、フル代表の選手のミドルおよびロングシュートの技能を向上させることであるとしている。吉兼ほか (2016) は、2012 年第 4 回女子ユース世界選手権と 2014 年第 19 回女子ジュニア世界選手権における、日本代表チームに所属している選手たちのパフォーマンスを分析している。そこでは、前方に防御プレーヤーをおいた状況におけるシュートに関する個人戦術力を向上させること、数的不利時にディスタンスシュートを打たない状況判断能力を向上させることが課題としてあげられている。

上記の攻撃プレーに関する研究は、1 対 1 防御プレーにおいて優先的に養成されるべきプレーはバリエーション豊かな攻撃プレーへの対応、すなわちマークする攻撃プレーヤーの助走のやり方や上半身の使い方などが工夫されたシュートを阻止するプレーであることを示していると考えられる。

2) 条件設定された実験を用いた 1 対 1 防御プレーに関する研究

セットディフェンスにおける 1 対 1 防御プレーに関して、栗山・平岡 (2008) は、大学

女子チームの防御プレイヤーを対象に、1対1防御プレーの成否を観察することによって、防御局面の戦術的能力を検討している。その結果、レギュラークラスのプレイヤーは、攻撃プレイヤーがボールをキャッチした瞬間の攻撃プレイヤーとの距離（間合い）が様々であっても、攻撃プレイヤーのシュートやフェイントなどを用いた突破の試みを阻止する場面が見られたのに対し、非レギュラークラスのプレイヤーは、限られた距離でのみ攻撃プレイヤーの突破の試みを阻止した場面が見られたと報告している。その結果から、1対1防御プレーにおいて、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーの突破の試みに対して、様々な距離で対応できることが防御局面の戦術的能力と関連していることを示唆している。また、笠井・平岡（1977）は、大学男子チームのプレイヤーを対象に、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーのシュートやフェイントなどを用いた突破の試みの方向を予測するための選択的注意について検討している。その結果、ボールを保持している攻撃プレイヤーの突破の試みの方向を予測するための選択的注意を、その相手がシュートやフェイントを行う際の軸足や腰に向けることが重要であることを報告している。これらのことは、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーによる1対1の突破の試みを阻止するためには、マークする攻撃プレイヤーがボールを保持しているときの防御プレーが重要であることを示唆するものであると考えられる。

しかし、これら2つの研究は、1対1の防御プレーが実験的に検討されているため、実際にゲームで発揮されるものと異なる結果が得られる可能性がある（大西ほか，1989）。

3) 質的研究を用いた1対1攻撃プレーに関する研究

これまでハンドボール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。その手法の1つが記述的ゲームパフォーマンス分析であり、サッカー、バスケットボール、バレーボールなどの球技においても同様である（中山・浅井，2009；八坂ほか，2017；西島ほか，1985）。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^{注2)}が捨象されてしまっているという問題を含んでいる（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）、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ため、個別事例を現象学的意味で厳密に分析し、実戦的な成果をもたらす必要がある（佐藤，2018）。

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ではじめて成立する（三木，1996，p.43）。また、朝岡（2019）は人間の運動学習について、学習者が過去の運動経験に基づいてある運動を習得し、それを「もっとよい動きかた」へと形成していく、人間だけに可能なプロセスがあると述べている。それは、できなかった動きが荒削りではあるがどうにかできるようになった粗形態の段階、それまでに見られた動きの欠点が修正され、洗練され、すっきりした動きの経過が現れるようになった精形態の段階、どのような状況の変化にも適応し、安定してその動きが実施されるようになった自動化の段階である（三木，1996，p.157）。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。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）。

これまでハンドボールにおいては、国際レベルで活躍した選手に対する動きのコツに関するインタビュー調査を用いて、卓越した選手の持つゴールキーピングやシュートなどの個人戦術に関する実践知を知識化することで、日本国内の選手の個人戦術力向上に役立つ知見を実践現場に提供してきた（會田，2007；平子ほか，2017）。これまでに、卓越した選手の1対1攻撃プレーを分析した研究として、會田・富本（2012）は、国際レベルで活躍した1名のセンタープレーヤーが獲得した、1対1の突破に関する動きのコツをインタビュー調査している。その結果、卓越した選手はステップフェイント、キャッチングフェイント、スイングフェイント、ローリングフェイントの4つのフェイントを用いていたこと、また、これら4つのフェイントを、相手ディフェンスがどのように守ろうとしても、それぞれの守り方に適切に対応するために即興的に使い分けていることを明らかにした。さらに、この結果より1対1の突破における個人戦術力の養成では、長期的には、変化する状況に自由自在に対応して動けることが目標になることを示唆した。

これまでに紹介した1対1攻撃プレーに関する研究では、対象としている性やレベルがさまざまではあるものの、世界トップレベル、日本トップレベル、大学レベルのいずれにおいても、防御プレーヤーを突破するために、選手にはボールを保持する前の動きとボールを保持した後のシュートやフェイントの動き、およびそれらの組み合わせについて豊富なバリエーションが必要であることを示している。さらに、日本トップレベルと世界トップレベルの選手およびチームの比較から、日本の選手の1対1攻撃プレーは世界トップレ

ベルの選手のそれに比べて、防御プレーヤーを突破する動きのバリエーションが少ないことが課題であることは明らかである。これらのことから、攻撃プレーヤーの1対1による突破の試みを阻止するのに有効な防御プレーを導くためには、まず1対1防御を、ボールを保持する前と後というようにいくつかの局面に分けて捉えることが必要である。そして、世界トップレベルと日本国内のレベルそれぞれの選手が実践している1対1防御プレーを明らかにし、横断的な視点で比較を行い、日本国内の選手における1対1防御プレーの目標像と課題を明らかにする必要がある。

4) 海外や国内の指導書に見られる1対1防御プレーの指導内容と方法

これまでに海外や日本国内で発行されたハンドボールに関する指導書などの中で、1対1防御プレーを取り上げているものはいくつもある。

選手が1対1防御を習得するために必要な動きを取り上げている海外の指導書として、Clanton and Dwight (1997) は、まず、選手それぞれは1対1を守る力を向上させることでチームのディフェンスにおいて役割を果たせるようになると述べている。その上で、1対1防御において身につける必要がある動きとして、ボールを保持している攻撃プレーヤーに接触したりシュートブロックしやすくしたりするための構え、相手の前進をおさえるための接触のやり方、相手とゴールとの間にとどまり続けるためのステップワーク、シュートを阻止するためのシュートブロックをあげている。Madinger (2018) は、個人およびポジション特有のトレーニングはグループによるディフェンスの基点となり、チームにとって適切なディフェンスシステムを選択するのに役立つと述べている。その上で、1対1防御において選手が習得すべき動きとして、ボールを保持している攻撃プレーヤーの突破を防ぐための腕の使い方（相手と接触するときの衝撃を吸収するため、相手を前に進ませないため）、適切なフットワーク（素早く前に詰めるため、素早く横に動くため）、適切な構えの3つをあげている。

次に国内の指導書として、阿部 (2013) は、選手の防御力向上には構えとステップワークが重要であると述べている。構えについては、両足を肩幅を目安に開くこと、どちらかの足がやや前に出ていること、腰を落として両手を上げることを基本としている。また、ステップワークについては、フリースローラインとゴールエリアラインとの間を前後に素早く動くステップ、横方向へのサイドステップとクロスステップが攻撃プレーヤーの動きについて行くために必要な動きであるとしている。また、松井・辻 (2010) は、防御プレーヤーは1対1を守る確率を高めるために、前後左右どこにでも動くことができる姿勢、

攻撃プレイヤーの動きについて行くサイドステップ、攻撃プレイヤーの利き腕を押さえる接触のやり方を覚える必要があるとしている。同じように、宮崎（2010）は攻撃プレイヤーの動きに対応するための構えとステップワーク、相手からボールを奪うためのドリブルカット、相手のシュートを防ぐためのシュートブロックと接触をあげている。さらに高野（2008）は、1対1防御はグループにおけるディフェンスの基礎であり、攻撃プレイヤーに対して簡単にシュートを打たせない、簡単にパスをさせない、簡単にドリブルをさせないことが鉄則であるとした上で、ひじを軽く曲げて手のひらを相手に向けた状態で前後左右どこにでも動けることで攻撃プレイヤーの動きに対応できること、マークする攻撃プレイヤーがボールを保持したら自分の手が届く範囲まで前に詰めることで、ドリブルカットやシュートブロックができるとしている。

以上、これら海外や国内の6つの指導書に書かれている内容は、防御プレイヤーは攻撃プレイヤーの1対1の突破の試みを阻止できるようになるために、いつでも前後左右に動くことができる構え、攻撃プレイヤーの動きについて行くためのステップワーク、攻撃プレイヤーのフェイントやシュートに対応するための動きを身につける必要があることを示唆するものであると考えられる。

酒巻（2012, pp.156-162）と酒巻（2016, pp.148-154）は、攻撃プレイヤーとの1対1の場面においては、ステップワークで相手について行くこと、相手に接触してその相手の動きを止めること、相手がドリブルをした場合はボールから近いほうの手でドリブルカットすること、相手にシュートを打たれる場合には両腕を揃えてシュートブロックをすることが重要であるとした上で、これらの動きが必要な場面をゴールまでの距離に基づいて示している。そこでは、ステップワークとドリブルカットおよびシュートブロックは、相手がゴールから10m以上の遠い位置でプレーするとき、相手に接触する動きは相手がフリースローラインよりもゴールに近い位置でプレーするときであると説明している。また渡辺ほか（1990）は、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーの動きの変化に合わせた前に詰める動きを習得することで、攻撃プレイヤーにシュート、パス、フェイントを自由にさせない1対1防御プレーを身につけられると述べている。そしてこの動きは、防御プレイヤーと攻撃プレイヤーとの間合いが近いまたは遠い状況、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーと対峙しているまたはゴールとの間にいない状況、防御プレイヤーと攻撃プレイヤーのいる位置がゴールから近いまたは遠い状況、セットディフェンスにおいて担当するポジションなど、いくつかの異なる場面を設定して1対1防御を練習することで身につけられると説明して

いる。さらに、財団法人日本ハンドボール協会（財団法人日本ハンドボール協会，2009，pp.11-12；財団法人日本ハンドボール協会，2012）は，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）において，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，中学生や高校生の選手がボールを保持した攻撃プレイヤーとの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ポストプレイヤーのブロックを外した後に，フリースローラインよりもゴールに近い位置で，フリースローライン辺りで，自陣のゴールから離れた位置で，といった場面分けをした練習を繰り返す中で身につける必要があることを示している。

これら2つの指導書および日本ハンドボール協会が作成したナショナル・トレーニング・システムから，選手は前述した6つの指導書と同じように，ステップワークなどのいくつかの動きを身につけなければならないことを示している。それに加えて，選手が1対1防御を習得するためには，ゴールまでの距離やポジション，攻撃プレイヤーとの間合いなど，試合で起こりうる1対1の場面が設定された練習に取り組む必要があることを示していると考えられる。

しかし，山田（2011，p.106）は日本の現状として，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練習や，技術を状況に合わせて合目的的に使いこなせるようにする練習は少なく，すでに習得された技術を反復する練習が主に行われていることを報告している。また土井（1992）は，ハンドボールの試合の状況は絶え間なく変化し，選手にはその状況に応じた対応が必要になるにも関わらず，日本では試合の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練習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，ハンドボールなどの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（會田，1992）と，状況の正確な把握と予測に基づいて自らの行為を決断する能力が求められ，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にも関わらず（シュテラーほか，1993，p.111），日本国内における中学生，高校生年代のハンドボール選手に対する1対1防御の指導では，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）が主に

注目され、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，p.16）を併せて伸ばす指導が行われていないことを示している。

これに対して、阿江（2001）は、各スポーツにおいて、とりわけ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述べている。また、遠藤（2006）は、テニスの選手として世界レベルでの競技経験を有する指導者のコツ獲得に関する経験をもとに設定した練習は、競技歴が10年以上かつ全日本学生選手権で入賞したり、全日本選手権に出場した実績を持つ大学生年代の選手の競技力向上に有効であることを示唆している。さらに、會田（2012）は実践知を、実践の場で求められていることが熟慮された、行為とともにある知とした上で、卓越した選手の実践知は、粗形態および精形態の学習段階の選手にとってレベルが高すぎて「参考にならないコツ」になったり、習熟を妨げる「早すぎるコツ」になったりして、選手を混乱させる情報にもなりかねないため、卓越した選手の実践知をそれぞれの習熟段階に適応させ、より充実した指導を行うには、卓越した選手が実践知を獲得したプロセスについても十分検討する必要があると述べている。加えて、このことについて複数の事例を対象に検討し、動きのコツの発生および発達の共通点および相違点について明らかにすることで、さまざまな習熟・年齢段階における効果的な指導に適用できるとしている。

これらのことを考え合わせると、日本国内における中学生、高校生、大学生など、今後さらなる競技力向上が見込まれる年代にある選手の1対1防御に関する個人戦術力向上のためには、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防御戦術力の構造を卓越した選手の実践知から明らかにすること、そして、卓越した選手が1対1防御に関する実践知を獲得した過程とその経験をもとに推奨する指導を手がかりに、突破阻止に有効な1対1防御の指導の要点を明らかにする必要がある。

（4）まとめ

これまでの内容から、まず、ハンドボールにおいてチームの競技力を向上させるためには、個の育成、とりわけセットディフェンスにおける1対1防御の場面で、マークしている攻撃プレーヤーに突破されない個人戦術を身につけることの重要性が示された。また、日本国内におけるハンドボールの指導者は、選手の1対1防御力の養成に関心があるにも関わらず、選手に対する1対1防御プレーの目標像や課題は明らかになっていないことが

示された。さらに、中学生、高校生、大学生など、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する1対1防御の個人戦術力向上のためには、卓越した選手の1対1防御に関する実践知と、それを獲得した過程やその経験をもとに推奨する指導を手がかりに、突破阻止に有効な1対1防御の指導の要点を明らかにする必要があることが示された。

2. 研究の目的

図4に研究の全体像を示した。本研究では、以下の2つの課題を明らかにすることで、中学生、高校生、大学生など、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手の1対1防御に関する個人戦術力向上のための有効な指導に役立つ知見をコーチングの実践現場に提供することを目的とする。

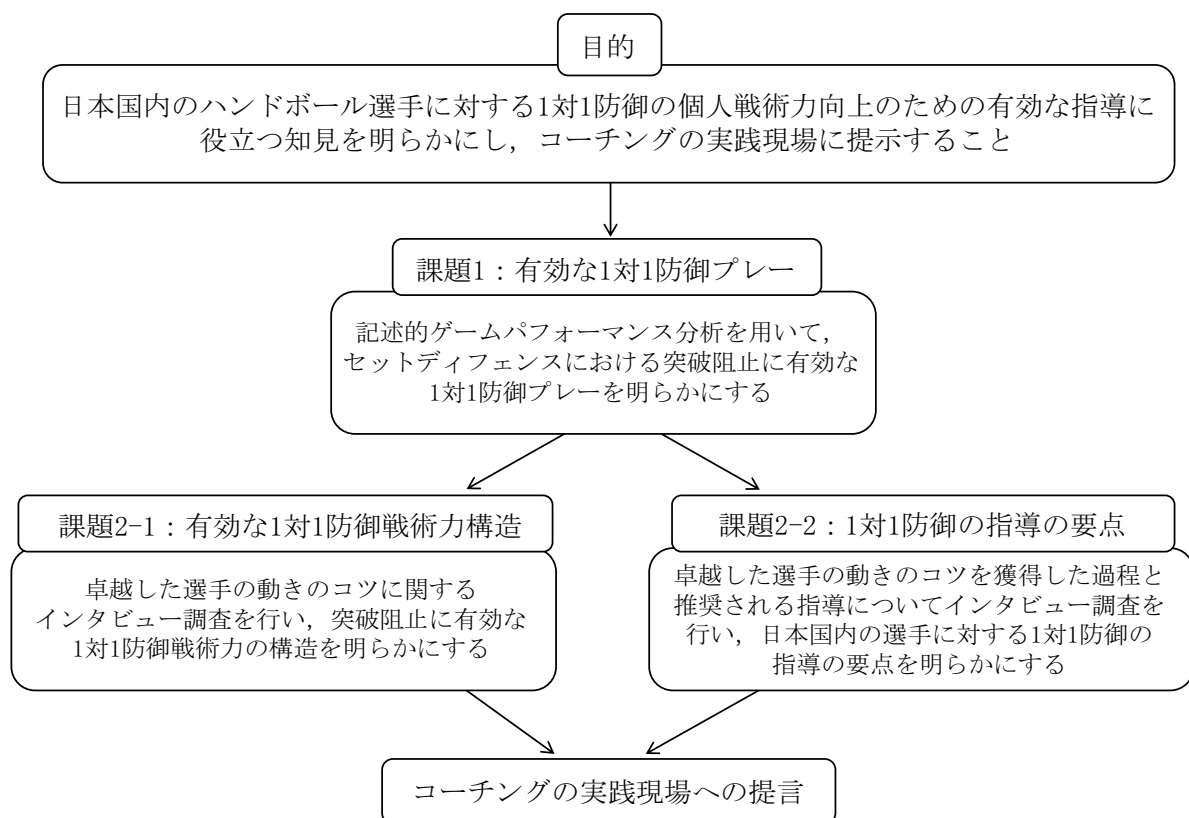


図4 研究の全体像

研究課題1：ハンドボールのセットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御プ

レーについて明らかにすること（第2章）

第1の研究課題は、ハンドボールのセットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御プレーを明らかにするために、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて、異なる3つのレベル（世界レベル、日本レベル、大学レベル）の防御プレーヤーの1対1防御プレーを比較検討し、いずれのレベルにおいてもみられる特徴や各レベルにおける特有の特徴を明らかにすることである。

（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，59：329-343，2014）

研究課題 2-1：ハンドボールのセットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造を明らかにすること（第3章）

研究課題 2-2：日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する1対1防御の指導の要点を明らかにすること（第3章）

第2の研究課題は、中学生、高校生、大学生年代など、今後さらなる競技力向上が見込まれる選手に対する1対1防御の指導の要点を明らかにすることである。そのために、国際レベルで活躍した5名の選手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、動きのコツの獲得過程、推奨される1対1防御の指導についてインタビュー調査を行い、突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造、実践知の獲得過程と1対1防御の指導の要点を質的に検討する。

（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ーヤーの語りを手がかりに-．コーチング学研究，30：43-54，2016）

3. 用語の定義

本研究において使用される用語の定義を以下に示す。

(1) セットディフェンス

ハンドボールのゲームは、速攻、速攻に対する防御、セットオフense、セットディフェンスの4つの局面から構成されている（大西，1997）。セットオフenseに対する防御を表す用語としてセットディフェンスという用語を使う。

(2) 1対1防御

セットオフenseは、ゆさぶり、均衡打破、継続、シュートの4つの局面から構成されている(大西, 1997; 山田, 2011, p.27)。本研究では、均衡打破局面における個人攻撃戦術(1対1)に対する個人防御戦術を表す用語として1対1防御という用語を使う。

(3) 1対1防御プレー

セットオフenseの均衡打破局面において、攻撃プレイヤーのシュートやフェイントを用いた均衡を破る試みに対して、防御プレイヤーが阻止をしようとしたプレーのことを1対1防御プレーとする。また1対1防御プレーは、オフザボール(防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーがボールを保持していないとき)とオンザボール(防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーがボールを保持しているとき)という2つの局面に分けられる。

(4) 突破阻止

マークする攻撃プレイヤーのシュートまたはフェイントを用いた突破の試みに対して、防御プレイヤーが正対した状態を保った場合、すなわち攻撃プレイヤーとゴールキーパーを結ぶ直線上に位置し続けた場合を阻止成功、正対した状態を保てなかった場合を阻止失敗とする。

(5) 実践知

知もしくは知識には両義性がある。このことについてライル(1987)は、「何であるかを知る」(knowing that)と「いかにしてかを知る」(knowing how)に区別している。「何であるかを知る」は、広義には、人間のさまざまな行為を通じて獲得された確実な根拠に基づく認識、狭義には、自然の因果的な関係の把握に基づいて獲得された知もしくは知識であり(村上, 1981)、一般に理論知と言われる。

これに対して「いかにしてかを知る」は、たとえば、体育・スポーツ分野における、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ということであり(三木, 1996, p.43)、一般に実践知と言われる。また実践知は、「今」、「この」状況で、「これらの」事情の中で、「この」人と対面して、まさに「この」とき、私は何をすべきか、というように、適時性、地域性、個別性、偶発性と密接に関わる知であり(シュワント, 2009)、専門職の実践に埋め込まれた技術に関する知(松本, 2014)と表現されることもある。

これらのことを踏まえ本研究では、実践知を、実践の場で求められていることに熟達し

た、行為とともにある知ととらえる。

(6) コツ

「コツをつかんだ」ということは、一般に、自らの身体を動かして、何らかの行為をうまくやり遂げるときに、その「動きかた」の要となることを自らの身体が了解していることと考えられる（金子，2002，p.220）。

金子（金子，2002，p.229）は、場の状況を先読みし、動きかたを選び、決断して実行に移せる身体知を〈カン〉身体知，対私的な身体それ自体に居合わせている身体知を〈コツ〉身体知ととらえている。また、球技におけるコツの対象は、個々の選手の身体の動きだけではなく、状況判断も含めた個人の戦術行為となる（會田，2012，p.22）。

これらのことから、本研究におけるコツとは、周囲の状況の変化に対応して動くことのできるカン身体知の働きのと、状況に適した動きかたを保証するコツ身体知が同時に機能していることを表す。

(7) 実践知の知識化

実践知を研究対象とする場合、その場に生きる人々にとっての事象や行為の意味を解釈し、その場その時のローカルな状況の意味を具体的に解釈し構成していくことを目指している質的研究（秋田・能智，2007）を用いることが有効である。質的研究では、データの収集、分析、結果の提示のために言語的表現を使用し（秋田・能智，2008，p.4）、とりわけ、看護学や教育学においては、実践に携わっている看護師、教師の語りを手がかりに、実践的能力の改善に有用な知見がもたらされている（原田，2011；谷本，2017）。また、質的研究の立場に立てば、事例の特殊性・個別性に焦点を当てた個性記述を通して、「事例から理論への一般化」を目指すことができる（杉村，2004）。

一方、西條（2008）は、事象が直接似ている度合いが高く、事象の構造が似ている場合、事例研究で得られる構造は、類推によって転用可能性が高くなると述べている。つまり実践知は、事例に関する情報を的確な類推が可能になるように明示することを通して、コーチングの実践現場において有用な知見になるのである（會田，2012，p.106）。

これらのことを踏まえ、本研究では実践知の知識化を、卓越した選手の実践知をコーチング現場の指導者が「目の前の選手に当てはまるかもしれない」と類推でき、選手の動きの理解を深めるのに役立つ内容へとまとめることととらえる。

第2章 突破阻止に有効な1対1防御プレーの検討（研究I）

1. 目的

ハンドボールにおいてチームの競技力を向上させるためには個の育成，とりわけセットディフェンスにおける1対1防御の場面で，マークしている攻撃プレーヤーに突破されない個人戦術を身につけることが重要である．しかし，日本国内において1対1防御プレーに関する研究は攻撃プレーに比べて行われている数が少ない．さらに，日本国内のハンドボールの指導者は，選手の1対1防御力の養成に関心があるにも関わらず，選手に対する1対1防御プレーの目標像や課題は明らかになっていない．

そこで第2章では，研究課題1として，記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて実際のゲームで見られるプレーを検討し，ハンドボールのセットディフェンスにおいて突破阻止に有効な1対1防御プレーについて明らかにすることを目的とした．なお，コーチが選手に対して効果的な指導を行うためには，指導する選手のレベルに応じた適切な指導内容が準備されなければならない（中山・浅井，2009）．そのため本研究では，まず異なる3つの競技レベル，すなわち世界レベル，日本レベル，大学レベルの防御プレーヤーの1対1防御プレーを対象に分析を進め，そこから得られた結果を横断的な視点で比較検討した．次に，いずれのレベルにおいても見られる共通の特徴，各レベルにおける特有の特徴を明らかにすることとした．

2. 方法

(1) 研究対象チーム

本研究では，いずれのレベルにおいても，男子チームを研究対象とした．

対象とした世界レベルのチームは，フランス代表，クロアチア代表，アイスランド代表，デンマーク代表，韓国代表の5チーム（以下「世界レベル」と略す）である．これらのチームは，いずれも2004年以降のオリンピック，世界選手権大会，もしくはヨーロッパ選手権大会において8位以上の成績を収めている（表2）．

日本レベルのチームは，大同特殊鋼，トヨタ車体，湧永製薬，大崎電気，トヨタ紡織九州の5チーム（以下「日本レベル」と略す）である．これらのチームは，いずれも日本ハ

表 2 対象とした世界レベルのチームの成績

チーム	大会名	成績
フランス	2008年オリンピック	優勝
	2009年世界選手権	優勝
	2010年ヨーロッパ選手権	優勝
クロアチア	2004年オリンピック	優勝
	2009年世界選手権	準優勝
	2010年ヨーロッパ選手権	準優勝
アイスランド	2008年オリンピック	準優勝
	2010年ヨーロッパ選手権	3位
デンマーク	2007年世界選手権	3位
	2009年世界選手権	4位
韓国	2004年オリンピック	8位
	2008年オリンピック	8位

ハンドボールリーグ 2006-2007 年シーズンから 2009-2010 年シーズンにおいて、レギュラーシーズンのリーグ戦を勝ち抜き、上位 4 チームで優勝が争われるプレーオフに出場している (表 3)。

大学レベルのチームは、日本体育大学、早稲田大学、日本大学、東海大学、筑波大学、国士舘大学の 6 チーム (以下「大学レベル」と略す) である。これらのチームは、いずれも 2006 年から 2010 年の全日本学生ハンドボール選手権大会において 3 位以上の成績を収めている (表 4)。

表 3 対象とした日本レベルのチームの成績

チーム	大会名	成績
大同特殊鋼	2007年日本リーグプレーオフ	優勝
	2008年日本リーグプレーオフ	優勝
	2009年日本リーグプレーオフ	優勝
	2010年日本リーグプレーオフ	優勝
トヨタ車体	2007年日本リーグプレーオフ	3位
	2008年日本リーグプレーオフ	3位
	2009年日本リーグプレーオフ	3位
	2010年日本リーグプレーオフ	準優勝
湧永製菓	2007年日本リーグプレーオフ	準優勝
	2008年日本リーグプレーオフ	準優勝
	2009年日本リーグプレーオフ	3位
	2010年日本リーグプレーオフ	3位
大崎電気	2007年日本リーグプレーオフ	3位
	2008年日本リーグプレーオフ	3位
	2009年日本リーグプレーオフ	準優勝
トヨタ紡織九州	2010年日本リーグプレーオフ	4位

表 4 対象とした大学レベルのチームの成績

チーム	大会名	成績
日本体育大学	2006年全日本学生選手権	優勝
	2007年全日本学生選手権	優勝
	2008年全日本学生選手権	優勝
	2009年全日本学生選手権	優勝
	2010年全日本学生選手権	準優勝
早稲田大学	2006年全日本学生選手権	準優勝
	2007年全日本学生選手権	3位
	2008年全日本学生選手権	準優勝
	2010年全日本学生選手権	3位
日本大学	2006年全日本学生選手権	3位
	2007年全日本学生選手権	準優勝
	2009年全日本学生選手権	3位
	2010年全日本学生選手権	3位
東海大学	2008年全日本学生選手権	3位
	2009年全日本学生選手権	3位
筑波大学	2007年全日本学生選手権	3位
	2008年全日本学生選手権	3位
	2009年全日本学生選手権	準優勝
国土舘大学	2010年全日本学生選手権	優勝

(2) 研究対象とした試合

対象とした試合はいずれも公式戦であり，研究対象チームの対戦相手もトップレベルである試合とした．

世界レベルでは，2009年世界選手権大会 5 試合，2010年ヨーロッパ選手権大会 9 試合，2011年世界選手権大会 6 試合の計 20 試合を対象とした．対戦相手はいずれも近年の世界選手権大会またはヨーロッパ選手権大会において，8 位以上の成績を収めたチームとした（表 5）．

日本レベルでは，日本ハンドボールリーグ 2008-2009 シーズンプレーオフ 1 試合，2009-2010 シーズン 6 試合，2009 年全日本総合選手権大会 2 試合，2010 年全日本総合選手権大会 1 試合の計 10 試合を対象とした．対戦相手はいずれも近年の日本ハンドボールリーグプレーオフに出場したチームとした（表 6）．

大学レベルでは，2010 年関東学生春季リーグ戦 1 試合，秋季リーグ戦 1 試合，2011 年春季リーグ戦 8 試合の計 10 試合を対象とした．対戦相手はいずれも近年の全日本学生選手権大会で 3 位以上の成績を収めたチームとした（表 7）．

表 5 対象とした世界レベルの試合

チーム	対戦相手	大会名
フランス	クロアチア	2009年世界選手権
	クロアチア	2010年ヨーロッパ選手権
	デンマーク	2011年世界選手権
	スウェーデン	2011年世界選手権
	アイスランド	2011年世界選手権
クロアチア	韓国	2009年世界選手権
	フランス	2009年世界選手権
	デンマーク	2010年ヨーロッパ選手権
	フランス	2010年ヨーロッパ選手権
	ポーランド	2010年ヨーロッパ選手権
	アイスランド	2010年ヨーロッパ選手権
	ノルウェー	2010年ヨーロッパ選手権
	ポーランド	2011年世界選手権
	アイスランド	2011年世界選手権
スウェーデン	2011年世界選手権	
アイスランド	クロアチア	2010年ヨーロッパ選手権
	フランス	2010年ヨーロッパ選手権
	ポーランド	2010年ヨーロッパ選手権
	フランス	2011年世界選手権
	クロアチア	2011年世界選手権
デンマーク	オーストリア	2010年ヨーロッパ選手権
	クロアチア	2010年ヨーロッパ選手権
	スペイン	2010年ヨーロッパ選手権
	スペイン	2011年世界選手権
	フランス	2011年世界選手権
韓国	クロアチア	2009年世界選手権
	フランス	2009年世界選手権
	スウェーデン	2009年世界選手権
	ハンガリー	2009年世界選手権

表 6 対象とした日本レベルの試合

チーム	対戦相手	大会名
大同特殊鋼	湧永製菓	2009年全日本総合選手権
	トヨタ紡織九州 第1戦	2009-2010年日本リーグ
	トヨタ紡織九州 第2戦	2009-2010年日本リーグ
トヨタ車体	トヨタ紡織九州	2009-2010年日本リーグ
	大崎電気	2010年全日本総合選手権
湧永製菓	大崎電気	2009年プレーオフ
	大崎電気	2009年全日本総合選手権
	大同特殊鋼	2009年全日本総合選手権
	トヨタ紡織九州	2009-2010年日本リーグ
大崎電気	湧永製菓	2009年プレーオフ
	湧永製菓	2009年全日本総合選手権
	トヨタ紡織九州 第1戦	2009-2010年日本リーグ
	トヨタ紡織九州 第2戦	2009-2010年日本リーグ
	トヨタ車体	2010年全日本総合選手権
トヨタ紡織九州	大同特殊鋼 第1戦	2009-2010年日本リーグ
	大同特殊鋼 第2戦	2009-2010年日本リーグ
	トヨタ車体	2009-2010年日本リーグ
	湧永製菓	2009-2010年日本リーグ
	大崎電気 第1戦	2009-2010年日本リーグ
	大崎電気 第2戦	2009-2010年日本リーグ

表 7 対象とした大学レベルの試合

チーム	対戦相手	大会名
日本体育大学	早稲田大学	2011年関東学生春季リーグ
	東海大学	2011年関東学生春季リーグ
	筑波大学	2011年関東学生春季リーグ
早稲田大学	東海大学	2010年関東学生秋季リーグ
	日本体育大学	2011年関東学生春季リーグ
	国土館大学	2011年関東学生春季リーグ
	日本大学	2011年関東学生春季リーグ
日本大学	国土館大学	2010年関東学生春季リーグ
	早稲田大学	2011年関東学生春季リーグ
	筑波大学	2011年関東学生春季リーグ
東海大学	早稲田大学	2010年関東学生秋季リーグ
	日本体育大学	2011年関東学生春季リーグ
	国土館大学	2011年関東学生春季リーグ
筑波大学	日本体育大学	2011年関東学生春季リーグ
	日本大学	2011年関東学生春季リーグ
	国土館大学	2011年関東学生春季リーグ
国土館大学	早稲田大学	2011年関東学生春季リーグ
	東海大学	2011年関東学生春季リーグ
	筑波大学	2011年関東学生春季リーグ

(3) 分析対象としたプレー

本研究における1対1防御プレーとは、セットオフenseの均衡打破局面において、ボールを保持した攻撃プレイヤーのシュートやフェイントを用いた均衡を破る試みに対し、防御プレイヤーが阻止をしようとしたプレーを指す。

標本にした1対1防御プレー数(1試合あたりの平均値)は、世界レベルでは179(9.0)、日本レベルでは118(11.8)、大学レベルでは150(15.0)である。

(4) 研究手順

まず、セットディフェンスにおける1対1防御のプレー方法と突破阻止の成否の違いのそれぞれについて、世界レベル、日本レベル、大学レベルの3つのレベル間で比較した。次に、1対1防御のプレー方法と突破阻止の成否との関係をレベルごとに明らかにした。最後に、突破阻止に有効な1対1防御プレーについてレベルごとに明らかにした。

(5) 分析項目

1) 1対1防御におけるプレー方法に関する分析項目

水上(1993)は個人の防御戦術を、ボールを保持している攻撃プレイヤーに対してと、ボールを保持していない攻撃プレイヤーに対しての2つに分けている。またクンスト(1981, p.249)は、個人の防御戦術に関して、ボールが空中にあるときのプレーの重要性を述べている。本研究ではこれらを参考にして、1対1の防御を3つの局面、すなわちマークする攻撃プレイヤーへパスをする攻撃プレイヤー(以下「パサー」と略す)がボールを保持している局面(以下「第1局面」と略す)、ボールが空中を移動している局面(以下「第2局面」と略す)、マークする攻撃プレイヤーがボールを保持している局面(以下「第3局面」と略す)に分けて検討した。

①第1局面と第2局面における分析項目

第1局面と第2局面における1対1防御プレー方法については、a.移動範囲、b.注意を向けている攻撃プレイヤー、c.前後への動き、d.左右への動きに着目した。

a. 移動範囲

移動範囲に関しては、ゴールエリアライン(以下「6mライン」と略す)とフリースローライン(以下「9mライン」と略す)を基準に、どの範囲を動いているのかを、6mラインから9mライン間を動く、9mラインを挟んで動く、9mラインより上で動くの3つに分

けて記録した (図 5).

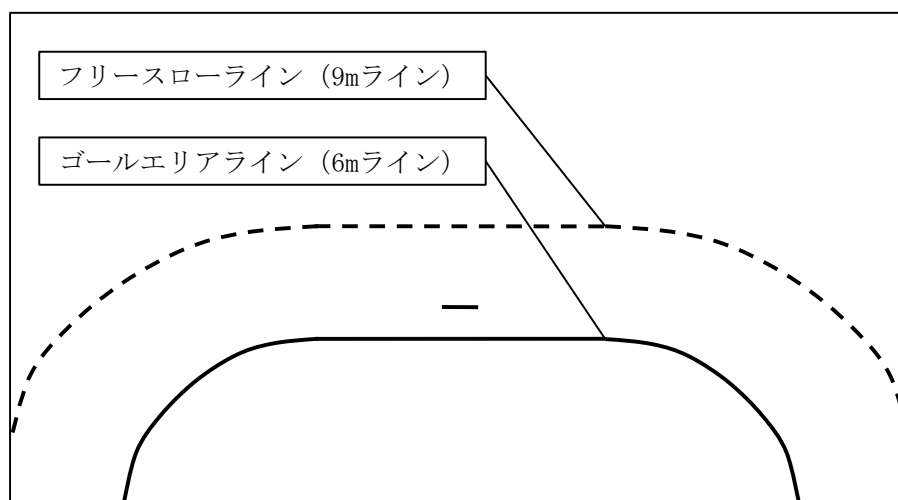


図 5 ゴールエリアライン (6m ライン) とフリースローライン (9m ライン)

b. 注意を向けている攻撃プレイヤー

注意を向けている攻撃プレイヤーに関しては、上体と頭の向きを観察することにより、マークする攻撃プレイヤー、パサー、マークする攻撃プレイヤーからパサーへ、パサーからマークする攻撃プレイヤーへの 4 つに分けて記録した^{注 3)}。

c. 前後への動き

前後への動きに関しては、移動しない、前、後の 3 つに分けて記録した。

d. 左右への動き

左右への動きに関しては、移動しない、利き腕側、非利き腕側の 3 つに分けて記録した。なお、斜めの動き、例えば、左利きの攻撃プレイヤーに対する斜め右前の動きに関しては、前後の動きを前、左右の動きを利き腕側として分析を進めた。

②第 3 局面における分析項目

第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法については、a.マークする攻撃プレイヤーがボールを保持した瞬間の位置、b.前後への動き、c.左右への動き、d.相手への対応に着目した。

a. マークする攻撃プレイヤーがボールを保持した瞬間の位置

マークする攻撃プレイヤーがボールを保持した瞬間の位置に関しては、6m ラインから 9m ライン間、9m ラインより上の 2 つに分けて記録した。

b. 前後への動き

前後への動きに関しては、移動しない、前、後の3つに分けて記録した。

c. 左右への動き

左右への動きに関しては、移動しない、利き腕側、非利き腕側の3つに分けて記録した。

d. 相手への対応

相手への対応に関しては、積極的防御、反応的防御の2つに分けて記録した。なお、本研究では、マークする攻撃プレイヤーのシュートやフェイントを用いた突破の試みに対して、自ら積極的に遮断しようとしている防御を積極的防御と捉え、攻撃プレイヤーの動きに合わせてついて行く防御を反応的防御と捉えて分析を進めた（松木・會田，2012）。積極的防御や反応的防御を行うタイミングについては、松木・會田（2012）にならい、評価しないこととした。

2) 突破阻止の成否に関する分析項目

ハンドボールにおける防御プレイヤーの活動は、攻撃プレイヤーのシュートや突破の試みを阻止すること、ゴールキーパーと協力することに向けられていなければならない（クンスト，1981，p.264）。ボールを保持している攻撃プレイヤーに対する防御プレイヤーの位置取りの基本は、その攻撃プレイヤーとゴールの間に位置を取り、シュートコースに壁を作ることである（財団法人日本ハンドボール協会，1992，p.113）。また、槇ほか（1987）は、ボールを保持している攻撃プレイヤーに絶対にシュートを打たれない防御を実践することは、ハンドボールにおいては無理であるとしたうえで、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とゴールの間に位置を取っていれば、ゴールキーパーはどのコースにシュートされる可能性が高いか判断することができると述べている。さらに、攻撃プレイヤーが前方に防御プレイヤーを置いて打つことの多いロングシュートやミドルシュートに比べて、防御プレイヤーを突破してゴールキーパーとの1対1の状況で打つノーマークシュートは成功率が高い（河村ほか，1986）。これらのことは、セットディフェンスにおける1対1の場面において、防御プレイヤーが攻撃プレイヤーと正対した状態を保ち続け、マークしている攻撃プレイヤーにシュートを打たれない、または打たれるシュートの成功率を下げる防御を実践できるようになることは重要であることを示している。

これらを踏まえて、突破阻止の成否に関しては、マークする攻撃プレイヤーのシュートまたはフェイントを用いた突破の試みに対して、防御プレイヤーが正対した状態を保った場合、すなわち攻撃プレイヤーとゴールキーパーを結ぶ直線上に位置し続けた場合を阻止成功、正対した状態を保てなかった場合を阻止失敗として記録した（図6）。

大会名：	年	防御チーム：	
「第1局面」			
移動範囲：	注意を向けている攻撃プレイヤー：	前後への動き：	左右への動き：
1. 6mライン-9mライン間	1. マークする攻撃プレイヤー	1. 移動しない	1. 移動しない
2. 9mラインを挟む	2. パサー	2. 前	2. 利き腕側
3. 9mラインより上	3. マークする攻撃プレイヤー～パサー	3. 後	3. 非利き腕側
	4. パサー～マークする攻撃プレイヤー		
「第2局面」			
移動範囲：	注意を向けている攻撃プレイヤー：	前後への動き：	左右への動き：
1. 6mライン-9mライン間	1. マークする攻撃プレイヤー	1. 移動しない	1. 移動しない
2. 9mラインを挟む	2. パサー	2. 前	2. 利き腕側
3. 9mラインより上	3. マークする攻撃プレイヤー～パサー	3. 後	3. 非利き腕側
	4. パサー～マークする攻撃プレイヤー		
「第3局面」			
瞬間の位置：	前後への動き：	左右への動き：	相手への対応：
1. 6mライン-9mライン間	1. 移動しない	1. 移動しない	1. 積極的防御
2. 9mラインより上	2. 前	2. 利き腕側	2. 反応的防御
	3. 後	3. 非利き腕側	
「突破阻止の成否」			
1. 阻止成功			
2. 阻止失敗			

図 6 1 対 1 防御プレーに関する記録用紙

(6) データの分析方法

まず、分析対象の試合が記録された DVD の試合の映像をパーソナルコンピュータに取り込み、1 対 1 防御プレー場面のみを抽出・編集した。次に、1 対 1 防御プレー場面の映像を再生しながら、ハンドボールの大学トップレベルにおいて監督またはコーチとしての指導歴を有する 3 名で分析した。いずれの分析項目においても分析者間の判定が一致しなかった場合は一致するまで協議し、それでも一致しなかった場合は分析の対象から除外し

た。

(7) 分析結果の処理方法

1) レベル別にみた1対1防御におけるプレー方法の違い

世界レベル，日本レベル，大学レベルにおいて，1対1防御におけるプレー方法の違いをレベル間で比較するために，各レベルと1対1防御のプレー方法に関する分析項目との間で，カイ2乗検定と残差分析を行った。

2) レベル別にみた1対1防御における突破阻止の成否の違い

世界レベル，日本レベル，大学レベルにおいて，突破阻止の成否をレベル間で比較するために，各レベルと突破阻止の成否に関する分析項目との間で，カイ2乗検定と残差分析を行った。

3) レベル別にみた1対1防御における突破阻止の成否に影響を及ぼすプレー方法

本研究では，突破阻止に有効な1対1における防御プレーの方法についてレベル別に明らかにするために，山田（2011，p.60）にならい，突破阻止の成否（プレー結果），第3局面および第2局面におけるプレーは1つ前の局面の影響を受けると捉え，次のような手順で分析結果の処理を行った。

まず，1対1における突破阻止の成否と，第3局面における防御プレー方法に関する4つの分析項目との間で，カイ2乗検定と残差分析を行い，1対1における突破阻止の成否に関連がある第3局面でのプレー方法を明らかにした。次に，第3局面において突破阻止の成否に関連がある防御プレーの方法と，第2局面における1対1の防御プレーの方法に関する4つの分析項目との間で，さらに，第2局面と第1局面の分析項目との間で，それぞれカイ2乗検定と残差分析を行い，各局面において突破阻止に有効な防御プレー方法を明らかにした。統計処理の有意性はいずれも危険率5%で判定した。

なお，本研究では，プレー結果と第2局面および第1局面との分析，隣り合わない局面間の分析は行わなかった。それは，先述したように，プレー結果および当該局面のプレーは直前の局面の影響を受けると捉えたためであり，時間文節としての局面をまたいだ分析結果が，突破阻止の成否に影響を及ぼすプレー方法の論証になる可能性は高くないと判断したからである。

それぞれの防御プレー方法の割合（%）は少数第一位までの丸め（四捨五入）とした。そのため，各レベルおよびすべてのレベルにおける防御プレー方法の%の合計は，正確に

100 にならない場合がある。

3. 結果

(1) レベル別にみた 1 対 1 防御におけるプレー方法の違い

1) 第 1 局面における 1 対 1 防御のプレー方法の違い

① レベル別にみた移動範囲

表 8 は、第 1 局面における、防御プレイヤーの移動範囲を 3 つのレベル別に表したものである。第 1 局面における、防御プレイヤーの移動範囲とレベルとの間には有意な関係が認められ (カイ 2 乗値=12.6, $p<0.05$)、世界レベルの防御プレイヤーは日本レベルの防御プレイヤーに比べて 6m ラインから 9m ライン間で動くことが多いこと、日本レベルの防御プレイヤーは世界レベルの防御プレイヤーに比べて 9m ラインより上で動くことが多いことが明らかになった。

表 8 各レベルとパサーがボールを保持している局面における移動範囲との関係

	世界	日本	大学	合計
6m ラインから 9m ライン間を動く	125 (69.8%)*	62 (52.5%)†	86 (57.3%)	273 (61.1%)
9m ラインを挟んで動く	23 (12.8%)	16 (13.6%)	21 (14.0%)	60 (13.4%)
9m ラインより上で動く	31 (17.3%)†	40 (33.9%)*	43 (28.7%)	114 (25.5%)
合計	179 (100.0%) ^a	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ 2 乗値=12.6, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

② レベル別にみた注意を向けている攻撃プレイヤー

表 9 は、第 1 局面における、防御プレイヤーが注意を向けている攻撃プレイヤーを 3 つのレベル別に表したものである。第 1 局面における、防御プレイヤーが注意を向けている攻撃プレイヤーとレベルとの間には有意な関係は認められなかった (カイ 2 乗値=4.3, ns)。

表 9 各レベルとパサーがボールを保持している局面における注意を向けている攻撃プレイヤーとの関係

	世界	日本	大学	合計
マークする攻撃プレイヤー	29 (16.2%)	11 (9.3%)	22 (14.7%)	62 (13.9%)
パサー	106 (59.2%)	75 (63.6%)	97 (64.7%)	278 (62.2%)
マークする攻撃プレイヤーからパサー	2 (1.1%)	1 (0.8%)	1 (0.7%)	4 (0.9%)
パサーからマークする攻撃プレイヤー	42 (23.5%)	31 (26.3%)	30 (20.0%)	103 (23.0%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=4.3, ns

③レベル別にみた前後への動き

表 10 は、第 1 局面における、防御プレイヤーの前後への動きを 3 つのレベル別に表したものである。第 1 局面における、防御プレイヤーの前後への動きとレベルとの間には有意な関係は認められなかった（カイ 2 乗値=3.2, ns）。

表 10 各レベルとパサーがボールを保持している局面における前後への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	58 (32.4%)	29 (24.6%)	38 (25.3%)	125 (28.0%)
前	84 (46.9%)	59 (50.0%)	78 (52.0%)	221 (49.4%)
後	37 (20.7%)	30 (25.4%)	34 (22.7%)	101 (22.6%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=3.2, ns

④レベル別にみた左右への動き

表 11 は、第 1 局面における、防御プレイヤーの左右への動きを 3 つのレベル別に表したものである。第 1 局面における、防御プレイヤーの左右への動きとレベルとの間には有意な関係が認められ（カイ 2 乗値=9.9, $p<0.05$ ），世界レベルの防御プレイヤーは大学レベルの防御プレイヤーに比べて移動しないことが多いこと，大学レベルの防御プレイヤーはマークする攻撃プレイヤーの利き腕側へ動くことが多いことが明らかになった。

表 11 各レベルとパサーがボールを保持している局面における左右への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	83 (46.4%)*	45 (38.1%)	45 (30.0%) [†]	173 (38.7%)
利き腕側	38 (21.2%)	29 (24.6%)	47 (31.3%)*	114 (25.5%)
非利き腕側	58 (32.4%)	44 (37.3%)	58 (38.7%)	160 (35.8%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=9.9, $p < 0.05$

* : 有意に多い ($p < 0.05$) † : 有意に少ない ($p < 0.05$)

2) 第 2 局面における 1 対 1 防御のプレー方法の違い

① レベル別にみた移動範囲

表 12 は、第 2 局面における防御プレーヤーの移動範囲を 3 つのレベル別に表したものである。第 2 局面における、防御プレーヤーの移動範囲とレベルの間には有意な関係が認められ (カイ 2 乗値=23.1, $p < 0.05$)、世界レベルの防御プレーヤーは大学レベルの防御プレーヤーに比べて 6m ラインから 9m ライン間を動くことが多いこと、日本レベルの防御プレーヤーは世界レベルの防御プレーヤーに比べて 9m ラインより上で動くことが多いことが明らかになった。

表 12 各レベルとボールが空中を移動している局面における移動範囲との関係

	世界	日本	大学	合計
6m ラインから 9m ライン間を動く	112 (62.6%)*	55 (46.6%)	63 (42.0%) [†]	230 (51.5%)
9m ラインを挟んで動く	29 (16.2%)	13 (11.0%)	32 (21.3%)	74 (16.6%)
9m ラインより上で動く	38 (21.2%) [†]	50 (42.4%)*	55 (36.7%)	143 (31.9%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=23.1, $p < 0.05$

* : 有意に多い ($p < 0.05$) † : 有意に少ない ($p < 0.05$)

② レベル別にみた注意を向けている攻撃プレーヤー

表 13 は、第 2 局面における、防御プレーヤーが注意を向けている攻撃プレーヤーを 3 つのレベル別に表したものである。第 2 局面における、防御プレーヤーが注意を向けている攻撃プレーヤーとレベルの間には有意な関係は認められなかった (カイ 2 乗値=5.1, ns)。

表 13 各レベルとボールが空中を移動している局面における注意を向けている攻撃プレイヤーとの関係

	世界	日本	大学	合計
マークする攻撃プレイヤー	71 (39.7%)	42 (35.6%)	52 (34.7%)	165 (36.9%)
パサー	4 (2.2%)	1 (0.8%)	0 (0.0%)	5 (1.1%)
パサーからマークする攻撃プレイヤー	104 (58.1%)	75 (63.6%)	98 (65.3%)	277 (62.0%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=5.1, ns

③レベル別にみた前後への動き

表 14 は、第 2 局面における、防御プレイヤーの前後への動きを 3 つのレベル別に表したものである。第 2 局面における、防御プレイヤーの前後への動きとレベルとの間には有意な関係は認められなかった（カイ 2 乗値=6.6, ns）。

表 14 各レベルとボールが空中を移動している局面における前後への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	59 (33.0%)	33 (28.0%)	34 (22.7%)	126 (28.2%)
前	103 (57.5%)	66 (55.9%)	93 (62.0%)	262 (58.6%)
後	17 (9.5%)	19 (16.1%)	23 (15.3%)	59 (13.2%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=6.6, ns

④レベル別にみた左右への動き

表 15 は、第 2 局面における、防御プレイヤーの左右への動きを 3 つのレベル別に表したものである。第 2 局面における、防御プレイヤーの左右への動きとレベルとの間には有意な関係が認められ（カイ 2 乗値=35.2, $p<0.05$ ），世界レベルの防御プレイヤーは大学レベルの防御プレイヤーに比べて移動しないことが多いこと，大学レベルの防御プレイヤーは世界レベルの防御プレイヤーに比べてマークする攻撃プレイヤーの利き腕側や非利き腕側へ動くことが多いことが明らかになった。

表 15 各レベルとボールを保持している局面における左右への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	95 (53.1%)*	46 (39.0%)	34 (22.7%) [†]	175 (39.1%)
利き腕側	29 (16.2%) [†]	20 (16.9%)	47 (31.3%)*	96 (21.5%)
非利き腕側	55 (30.7%) [†]	52 (44.1%)	69 (46.0%)*	176 (39.4%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=35.2, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

3) 第3局面における1対1防御のプレー方法の違い

①レベル別にみたマークする攻撃プレーヤーがボールを保持した瞬間の位置

表 16 は、第3局面における、防御プレーヤーのマークする攻撃プレーヤーがボールを保持した瞬間の位置を3つのレベル別に表したものである。第3局面における、防御プレーヤーのマークする攻撃プレーヤーがボールを保持した瞬間の位置とレベルとの間には有意な関係が認められ(カイ2乗値=18.7, $p<0.05$)、世界レベルの防御プレーヤーは大学レベルの防御プレーヤーに比べて6mラインから9mライン間にいることが多いこと、大学レベルの防御プレーヤーは世界レベルの防御プレーヤーに比べて9mラインより上にいることが多いことが明らかになった。

表 16 各レベルとマークする攻撃プレーヤーがボールを保持した瞬間の位置との関係

	世界	日本	大学	合計
6mラインから9mライン間	116 (64.8%)*	56 (47.5%)	63 (42.0%) [†]	235 (52.6%)
9mラインより上	63 (35.2%) [†]	62 (52.5%)	87 (58.0%)*	212 (47.4%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=18.7, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

②レベル別にみた前後への動き

表 17 は、第3局面における、防御プレーヤーの前後への動きを3つのレベル別に表したものである。第3局面における、防御プレーヤーの前後への動きとレベルとの間には有意な関係が認められ(カイ2乗値=11.5, $p<0.05$)、世界レベルの防御プレーヤーは大学レベルの防御プレーヤーに比べて前に詰めることが多いこと、大学レベルの防御プレーヤー

は世界レベルの防御プレイヤーに比べて後に下がることが多いことが明らかになった。

表 17 各レベルとマークする攻撃プレイヤーがボールを保持している局面における前後への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	3 (1.7%)	4 (3.4%)	6 (4.0%)	13 (2.9%)
前	63 (35.2%)*	30 (25.4%)	29 (19.3%)†	122 (27.3%)
後	113 (63.1%)†	84 (71.2%)	115 (76.7%)*	312 (69.8%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=11.5, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

③レベル別にみた左右への動き

表 18 は、第 3 局面における、防御プレイヤーの左右への動きを 3 つのレベル別に表したものである。第 3 局面における、防御プレイヤーの左右への動きとレベルとの間には有意な関係が認められ (カイ 2 乗値=17.5, $p<0.05$)、世界レベルの防御プレイヤーは大学レベルの防御プレイヤーに比べて移動しないことが多いこと、また、マークする攻撃プレイヤーの非利き腕側へ動くことは少ないことが明らかになった。

表 18 各レベルとマークする攻撃プレイヤーがボールを保持している局面における左右への動きとの関係

	世界	日本	大学	合計
移動しない	26 (14.5%)*	13 (11.0%)	4 (2.7%)†	43 (9.6%)
利き腕側	88 (49.2%)	48 (40.7%)	71 (47.3%)	207 (46.3%)
非利き腕側	65 (36.3%)†	57 (48.3%)	75 (50.0%)	197 (44.1%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=17.5, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

④レベル別にみた相手への対応

表 19 は、第 3 局面における、防御プレイヤーの相手への対応を 3 つのレベル別に表したものである。第 3 局面における、防御プレイヤーの相手への対応とレベルとの間には有

意な関係は認められなかった（カイ 2 乗値=1.6, ns）.

表 19 各レベルとマークする攻撃プレイヤーがボールを保持している局面における相手への対応方法との関係

	世界	日本	大学	合計
積極的防御	59 (33.0%)	32 (27.1%)	41 (27.3%)	132 (29.5%)
反応的防御	120 (67.0%)	86 (72.9%)	109 (72.7%)	315 (70.5%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=1.6, ns

(2) レベル別にみた 1 対 1 防御における突破阻止の成否の違い

表 20 は、突破阻止の成否を 3 つのレベル別に表したものである。1 対 1 の防御における突破阻止の成否とレベルの間には有意な関係が認められ（カイ 2 乗値=7.9, $p<0.05$ ），世界レベルでは、攻撃プレイヤーの突破を阻止する割合が多いことが認められた。

表 20 各レベルと突破阻止の成否との関係

	世界	日本	大学	合計
阻止成功	109 (60.9%) *	57 (48.3%)	70 (46.7%)	236 (52.8%)
阻止失敗	70 (39.1%) †	61 (51.7%)	80 (53.3%)	211 (47.2%)
合計	179 (100.0%)	118 (100.0%)	150 (100.0%)	447 (100.0%)

カイ2乗値=7.9, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

(3) 世界レベルにおける突破阻止の成否と 1 対 1 防御のプレー方法との関係

1) 第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法

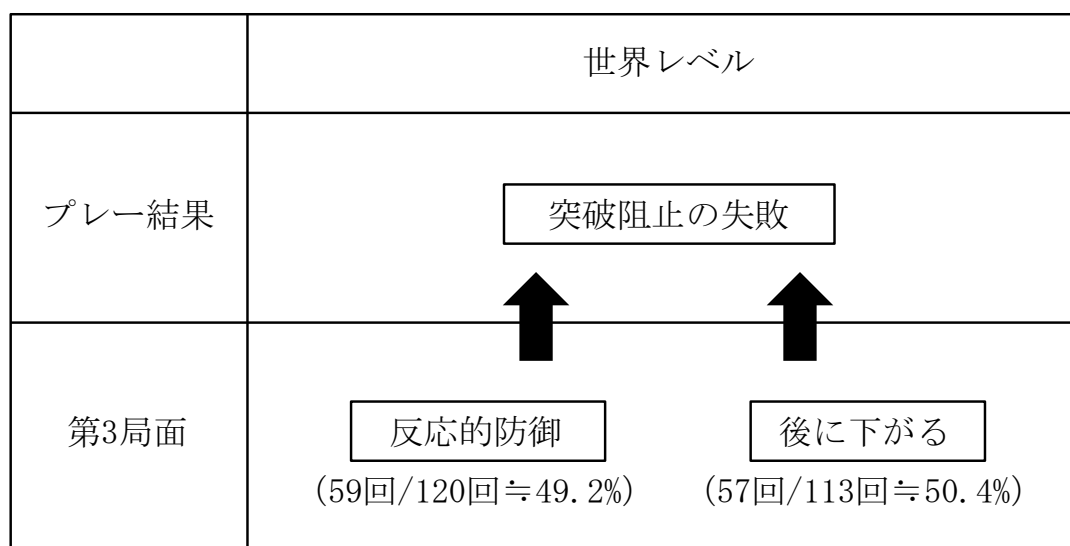
表 21 は、世界レベルにおける、突破阻止の成否と第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法との関係を表したものである。突破阻止の成否と前後への動きとの間（カイ 2 乗値=17.0, $p<0.05$ ），相手への対応との間（カイ 2 乗値=15.4, $p<0.05$ ）に有意な関係が認められ、突破阻止を成功しやすい第 3 局面のプレー方法は前に詰めるプレーと積極的防御であること、突破阻止を失敗しやすい第 3 局面のプレー方法は後に下がるプレーと反応的防御であることが明らかになった（図 7）。

表 21 世界レベルにおける突破阻止の成否と第 3 局面の 1 対 1 防御プレー方法との関係

		阻止成功	阻止失敗	合計
攻撃プレイヤーがボールを保持した瞬間の位置	6mラインから9mライン間	66 (60.6%)	50 (71.4%)	116 (64.8%)
	9mラインより上	43 (39.4%)	20 (28.6%)	63 (35.2%)
カイ2乗値=0.1, ns				
前後への動き	移動しない	3 (2.8%)	0 (0.0%)	3 (1.7%)
	前	50 (45.9%)*	13 (18.6%)†	63 (35.2%)
	後	56 (51.4%)†	57 (81.4%)*	113 (63.1%)
カイ2乗値=17.0, p<0.05				
左右への動き	移動しない	20 (18.3%)	6 (8.6%)	26 (14.5%)
	利き腕側	50 (45.9%)	38 (54.3%)	88 (49.2%)
	非利き腕側	39 (35.8%)	26 (37.1%)	65 (36.3%)
カイ2乗値=3.4, ns				
相手への対応	積極的防御	48 (44.0%)*	11 (15.7%)†	59 (33.0%)
	反応的防御	61 (56.0%)†	59 (84.3%)*	120 (67.0%)
	合計	109 (100.0%)	70 (100.0%)	179 (100.0%)

カイ2乗値=15.4, p<0.05

* : 有意に多い (p<0.05) † : 有意に少ない (p<0.05)



注) 世界レベルにおける第3局面では、反応的防御が120回観察されたこと、そのうち59回が突破阻止の失敗につながっていたこと、つまり、反応的防御を行うと約49.2%の確率で突破阻止を失敗していたことを表す。

図 7 世界レベルにおける突破阻止の失敗に影響するプレー方法

2) 第2局面における1対1防御プレー方法

表22は、第3局面における前後への動きと第2局面における1対1防御プレー方法との関係を表したものである。第3局面における前後への動きと第2局面における前後への動きとの間に有意な関係が認められ(カイ2乗値=10.9, $p<0.05$)、突破阻止を成功しやすい第2局面のプレー方法は前に詰めるプレーであること、突破阻止を失敗しやすい第2局面のプレー方法はないことが明らかになった。

また、第3局面における相手への対応と第2局面における1対1防御プレー方法との間に有意な関係は認められなかった。

表22 世界レベルにおける第3局面の前後への動きと第2局面の1対1防御プレー方法との関係

		移動しない	前	後	合計
移動範囲	6mラインから9mライン間を動く	2 (66.7%)	42 (66.7%)	68 (60.2%)	112 (62.6%)
	9mラインを挟んで動く	0 (0.0%)	11 (17.5%)	18 (15.9%)	29 (16.2%)
	9mラインより上で動く	1 (33.3%)	10 (15.9%)	27 (23.9%)	38 (21.2%)
カイ2乗値=2.2, ns					
注意を向けている攻撃プレーヤー	マークする攻撃プレーヤー	2 (66.7%)	25 (39.7%)	44 (38.9%)	71 (39.7%)
	パスナー	0 (0.0%)	3 (4.8%)	1 (0.9%)	4 (2.2%)
	パスナーからマークする攻撃プレーヤー	1 (33.3%)	35 (55.6%)	68 (60.2%)	104 (58.1%)
カイ2乗値=3.8, ns					
前後への動き	移動しない	3 (100.0%)*	17 (27.0%)	39 (34.5%)	59 (33.0%)
	前	0 (0.0%)†	43 (68.3%)*	60 (53.1%)	103 (57.5%)
	後	0 (0.0%)	3 (4.8%)	14 (12.4%)	17 (9.5%)
カイ2乗値=10.9, $p<0.05$					
左右への動き	移動しない	1 (33.3%)	33 (52.4%)	61 (54.0%)	95 (53.1%)
	利き腕側	0 (0.0%)	10 (15.9%)	19 (16.8%)	29 (16.2%)
	非利き腕側	2 (66.7%)	20 (31.7%)	33 (29.2%)	55 (30.7%)
合計		3 (100.0%)	63 (100.0%)	113 (100.0%)	179 (100.0%)

カイ2乗値=2.1, ns

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

3) 第1局面における1対1防御プレー方法

表23は、第2局面における前後への動きと第1局面における1対1防御プレー方法との関係を表したものである。第2局面における前後への動きと第1局面における移動範囲

との間（カイ 2 乗値=29.3, $p<0.05$ ），注意を向けている攻撃プレイヤーとの間（カイ 2 乗値=17.0, $p<0.05$ ），前後への動きとの間（カイ 2 乗値=20.9, $p<0.05$ ）に有意な関係が認められ，突破阻止を成功しやすい第 1 局面のプレー方法は 6m ラインから 9m ライン間で動くプレー，マークする攻撃プレイヤーに注意を向けるプレー，前に詰めるプレーであることが明らかになった（図 8）。

表 23 世界レベルにおける第 2 局面の前後への動きと第 1 局面の 1 対 1 防御プレー方法との関係

		移動しない	前	後	合計
移動範囲	6mラインから9mライン間を動く	41 (69.5%)	81 (78.6%)*	3 (17.6%) [†]	125 (69.9%)
	9mラインを挟んで動く	9 (15.3%)	10 (9.7%)	4 (23.5%)	23 (12.8%)
	9mラインより上で動く	9 (15.3%)	12 (11.7%) [†]	10 (58.8%)*	31 (17.3%)
カイ2乗値=29.3, $p<0.05$					
注意を向けている 攻撃プレイヤー	マークする攻撃プレイヤー	4 (6.8%) [†]	23 (22.3%)*	2 (11.8%)	29 (16.2%)
	パスナー	43 (72.9%)*	51 (49.5%) [†]	12 (70.6%)	106 (59.2%)
	マークする攻撃プレイヤーからパスナー	1 (1.7%)	0 (0.0%)	1 (5.9%)*	2 (1.1%)
	パスナーからマークする攻撃プレイヤー	11 (18.6%)	29 (28.2%)	2 (11.8%)	42 (23.5%)
カイ2乗値=17.0, $p<0.05$					
前後への動き	移動しない	22 (37.3%)	35 (34.0%)	1 (5.9%) [†]	58 (32.4%)
	前	21 (35.6%) [†]	56 (54.4%)*	7 (41.2%)	84 (46.9%)
	後	16 (27.1%)	12 (11.7%) [†]	9 (52.9%)*	37 (20.7%)
カイ2乗値=20.9, $p<0.05$					
左右への動き	移動しない	23 (39.0%)	54 (52.4%)	6 (35.3%)	83 (46.4%)
	利き腕側	13 (22.0%)	21 (20.4%)	4 (23.5%)	38 (21.2%)
	非利き腕側	23 (39.0%)	28 (27.2%)	7 (41.2%)	58 (32.4%)
	合計	59 (100.0%)	103 (100.0%)	17 (100.0%)	179 (100.0%)

カイ2乗値=4.1, ns

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

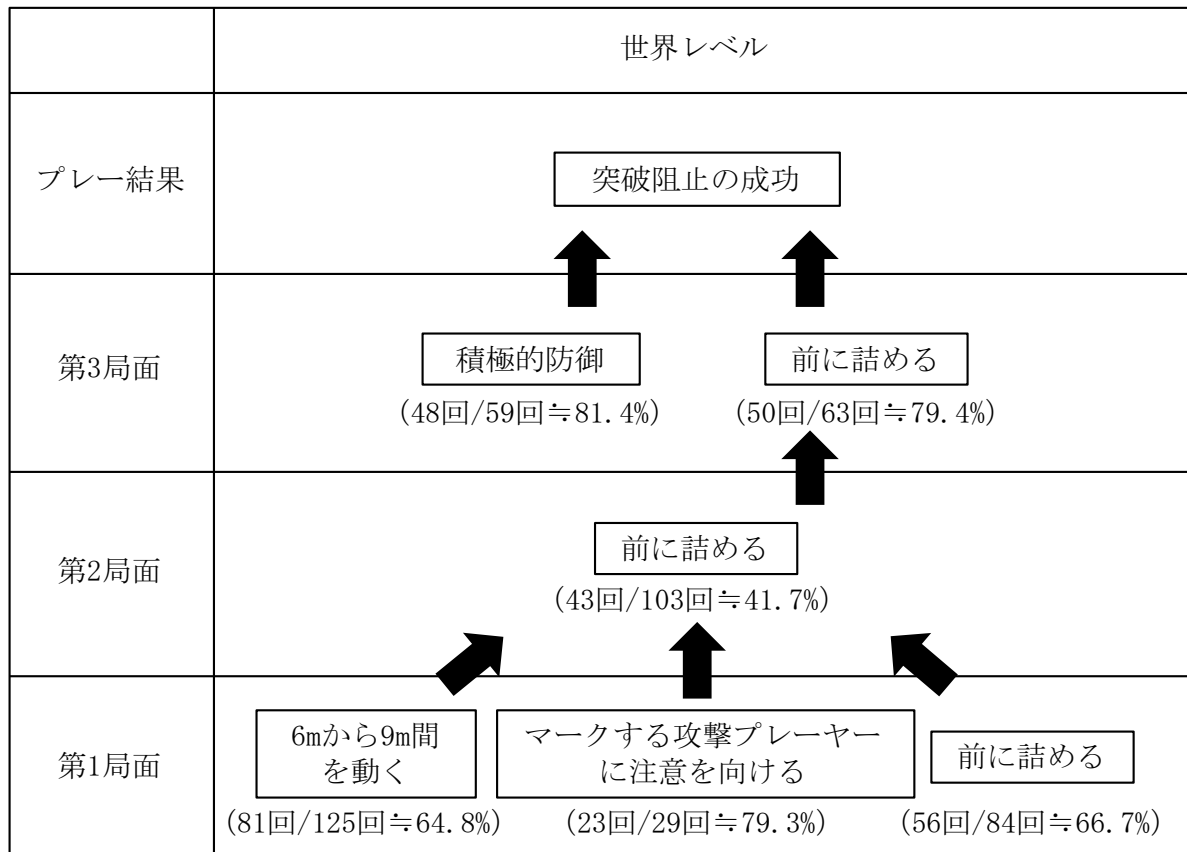


図 8 世界レベルにおける突破阻止の成功に影響するプレー方法

(4) 日本レベルにおける突破阻止の成否と1対1防御のプレー方法との関係

1) 第3局面における1対1防御プレー方法

表24は、日本レベルにおける、突破阻止の成否と第3局面における1対1防御プレー方法との関係を表したものである。突破阻止の成否と相手への対応との間に有意な関係が認められ（カイ2乗値=5.2, $p<0.05$ ），突破阻止を成功しやすい第3局面のプレー方法は積極的防御であること，突破阻止を失敗しやすい第3局面のプレー方法は反応的防御であることが明らかになった（図9・図10）。

表24 日本レベルにおける突破阻止の成否と第3局面の1対1防御プレー方法との関係

		阻止成功	阻止失敗	合計
攻撃プレイヤーがボールを保持した瞬間の位置	6mラインから9mライン間	30 (52.6%)	26 (42.6%)	56 (47.5%)
	9mラインより上	27 (47.4%)	35 (57.4%)	62 (52.5%)
カイ2乗値=0.2, ns				
前後への動き	移動しない	2 (3.5%)	2 (3.3%)	4 (3.4%)
	前	16 (28.1%)	14 (23.0%)	30 (25.4%)
	後	39 (68.4%)	45 (73.8%)	84 (71.2%)
カイ2乗値=0.4, ns				
左右への動き	移動しない	9 (15.8%)	4 (6.6%)	13 (11.0%)
	利き腕側	19 (33.3%)	29 (47.5%)	48 (40.7%)
	非利き腕側	29 (50.9%)	28 (45.9%)	57 (48.3%)
カイ2乗値=3.8, ns				
相手への対応	積極的防御	21 (36.8%)*	11 (18.0%)†	32 (27.1%)
	反応的防御	36 (63.2%)†	50 (82.0%)*	86 (72.9%)
	合計	57 (100.0%)	61 (100.0%)	118 (100.0%)

カイ2乗値=5.2, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

2) 第2局面における1対1防御プレー方法

第3局面における相手への対応と第2局面における1対1防御プレー方法との間に有意な関係は認められなかった。これらの結果から、日本レベルでは、第2局面における突破阻止を成功しやすいプレー方法も突破阻止を失敗しやすいプレー方法もないことが明らかになった。

	日本レベル
プレー結果	突破阻止の成功
第3局面	積極的防御 (21回/32回 ≒ 65.6%)

図 9 日本レベルにおける突破阻止の成功に影響するプレー方法

	日本レベル
プレー結果	突破阻止の失敗
第3局面	反応的防御 (50回/86回 ≒ 58.1%)

図 10 日本レベルにおける突破阻止の失敗に影響するプレー方法

(5) 大学レベルにおける突破阻止の成否と 1 対 1 防御のプレー方法との関係

1) 第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法

表 25 は、大学レベルにおける、突破阻止の成否と第 3 局面における 1 対 1 防御プレー方法との関係を表したものである。突破阻止の成否と相手への対応との間に有意な関係が認められ (カイ 2 乗値=13.1, $p<0.05$)、突破阻止を成功しやすい第 3 局面のプレー方法は積極的防御であること、突破阻止を失敗しやすい第 3 局面のプレー方法は反応的防御であることが明らかになった。

表 25 大学レベルにおける突破阻止の成否と第 3 局面の 1 対 1 防御プレー方法との関係

		阻止成功	阻止失敗	合計
攻撃プレーヤーがボールを保持した瞬間の位置	6mラインから9mライン間	30 (42.9%)	33 (41.3%)	63 (42.0%)
	9mラインより上	40 (57.1%)	47 (58.8%)	87 (58.0%)
カイ2乗値=0.0, ns				
前後への動き	移動しない	1 (1.4%)	5 (6.3%)	6 (4.0%)
	前	17 (24.3%)	12 (15.0%)	29 (19.3%)
	後	52 (74.3%)	63 (78.8%)	115 (76.7%)
カイ2乗値=3.9, ns				
左右への動き	移動しない	1 (1.4%)	3 (3.8%)	4 (2.7%)
	利き腕側	32 (45.7%)	39 (48.8%)	71 (47.3%)
	非利き腕側	37 (52.9%)	38 (47.5%)	75 (50.0%)
カイ2乗値=1.0, ns				
相手への対応	積極的防御	29 (41.4%)*	12 (15.0%) [†]	41 (27.3%)
	反応的防御	41 (58.6%) [†]	68 (85.0%)*	109 (72.7%)
	合計	70 (100.0%)	80 (100.0%)	150 (100.0%)

カイ2乗値=13.1, $p<0.05$

* : 有意に多い ($p<0.05$) † : 有意に少ない ($p<0.05$)

2) 第 2 局面における 1 対 1 防御プレー方法

表 26 は、第 3 局面における相手への対応と第 2 局面における 1 対 1 防御プレー方法との関係を表したものである。第 3 局面における相手への対応と第 2 局面における注意を向けている攻撃プレーヤーとの間に有意な関係が認められ (カイ 2 乗値=8.9, $p<0.05$)、突破阻止を成功しやすい第 2 局面のプレー方法はマークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレーであること、突破阻止を失敗しやすい第 2 局面のプレー方法はパサーからマークする攻撃プレーヤーに注意を向ける相手を変えるプレーであることが明らかになった。

表 26 大学レベルにおける第 3 局面の相手への対応と第 2 局面の 1 対 1 防御プレー方法との関係

		積極的防御	反応的防御	合計
移動範囲	6mラインから9mライン間を動く	18 (43.9%)	45 (41.3%)	63 (42.0%)
	9mラインを挟んで動く	10 (24.4%)	22 (20.2%)	32 (21.3%)
	9mラインより上で動く	13 (31.7%)	42 (38.5%)	55 (36.7%)
カイ2乗値=0.6, ns				
注意を向けている 攻撃プレーヤー	マークする攻撃プレーヤー	22 (53.7%)*	30 (27.5%)†	52 (34.7%)
	パサーからマークする攻撃プレーヤー	19 (46.3%)†	79 (72.5%)*	98 (65.3%)
カイ2乗値=8.9, p<0.05				
前後への動き	移動しない	6 (14.6%)	28 (25.7%)	34 (22.7%)
	前	31 (75.6%)	62 (56.9%)	93 (62.0%)
	後	4 (9.8%)	19 (17.4%)	23 (15.3%)
カイ2乗値=4.4, ns				
左右への動き	移動しない	13 (31.7%)	21 (19.3%)	34 (22.7%)
	利き腕側	10 (24.4%)	37 (33.9%)	47 (31.3%)
	非利き腕側	18 (43.9%)	51 (46.8%)	69 (46.0%)
合計		41 (100.0%)	109 (100.0%)	150 (100.0%)

カイ2乗値=2.9, ns

* : 有意に多い (p<0.05) † : 有意に少ない (p<0.05)

3) 第 1 局面における 1 対 1 防御プレー方法

表 27 は、第 2 局面における注意を向けている攻撃プレーヤーと第 1 局面における 1 対 1 防御プレー方法との関係を表したものである。第 2 局面における注意を向けている攻撃プレーヤーと第 1 局面における注意を向けている攻撃プレーヤーとの間 (カイ 2 乗値=150.0, p<0.05), 左右への動きとの間 (カイ 2 乗値=6.6, p<0.05) に有意な関係が認められ、突破阻止を成功しやすい第 1 局面のプレー方法はマークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレー、パサーからマークする攻撃プレーヤーに注意を向ける相手を変えるプレー、左右への移動をしないプレーであること、突破阻止を失敗しやすい第 1 局面のプレー方法はパサーに注意を向けるプレー、マークする攻撃プレーヤーの利き腕側に動くプレーであることが明らかになった (図 11・図 12)。

表 27 大学レベルにおける第2局面の注意を向けている攻撃プレイヤーと第1局面の1対1
 防御プレー方法との関係

		マークする 攻撃プレイヤー	パサーからマークする 攻撃プレイヤー	合計
移動範囲	6mラインから9mライン間を動く	28 (53.8%)	58 (59.2%)	86 (57.3%)
	9mラインを挟んで動く	8 (15.4%)	13 (13.3%)	21 (14.0%)
	9mラインより上で動く	16 (30.8%)	27 (27.6%)	43 (28.7%)
カイ2乗値=0.4, ns				
注意を向けている 攻撃プレイヤー	マークする攻撃プレイヤー	22 (42.3%)*	0 (0.0%) [†]	22 (14.7%)
	パサー	0 (0.0%) [†]	97 (99.0%)*	97 (64.7%)
	マークする攻撃プレイヤーからパサー	0 (0.0%)	1 (1.0%)	1 (0.6%)
	パサーからマークする攻撃プレイヤー	30 (57.7%)*	0 (0.0%) [†]	30 (20.0%)
カイ2乗値=150.0, p<0.05				
前後への動き	移動しない	12 (23.1%)	26 (26.5%)	38 (25.3%)
	前	33 (63.5%)	45 (45.9%)	78 (52.0%)
	後	7 (13.5%)	27 (27.6%)	34 (22.7%)
カイ2乗値=5.1, ns				
左右への動き	移動しない	21 (40.4%)*	24 (24.5%) [†]	45 (30.0%)
	利き腕側	10 (19.2%) [†]	37 (37.8%)*	47 (31.3%)
	非利き腕側	21 (40.4%)	37 (37.8%)	58 (38.7%)
	合計	52 (100.0%)	98 (100.0%)	150 (100.0%)

カイ2乗値=6.6, p<0.05

* : 有意に多い (p<0.05) † : 有意に少ない (p<0.05)

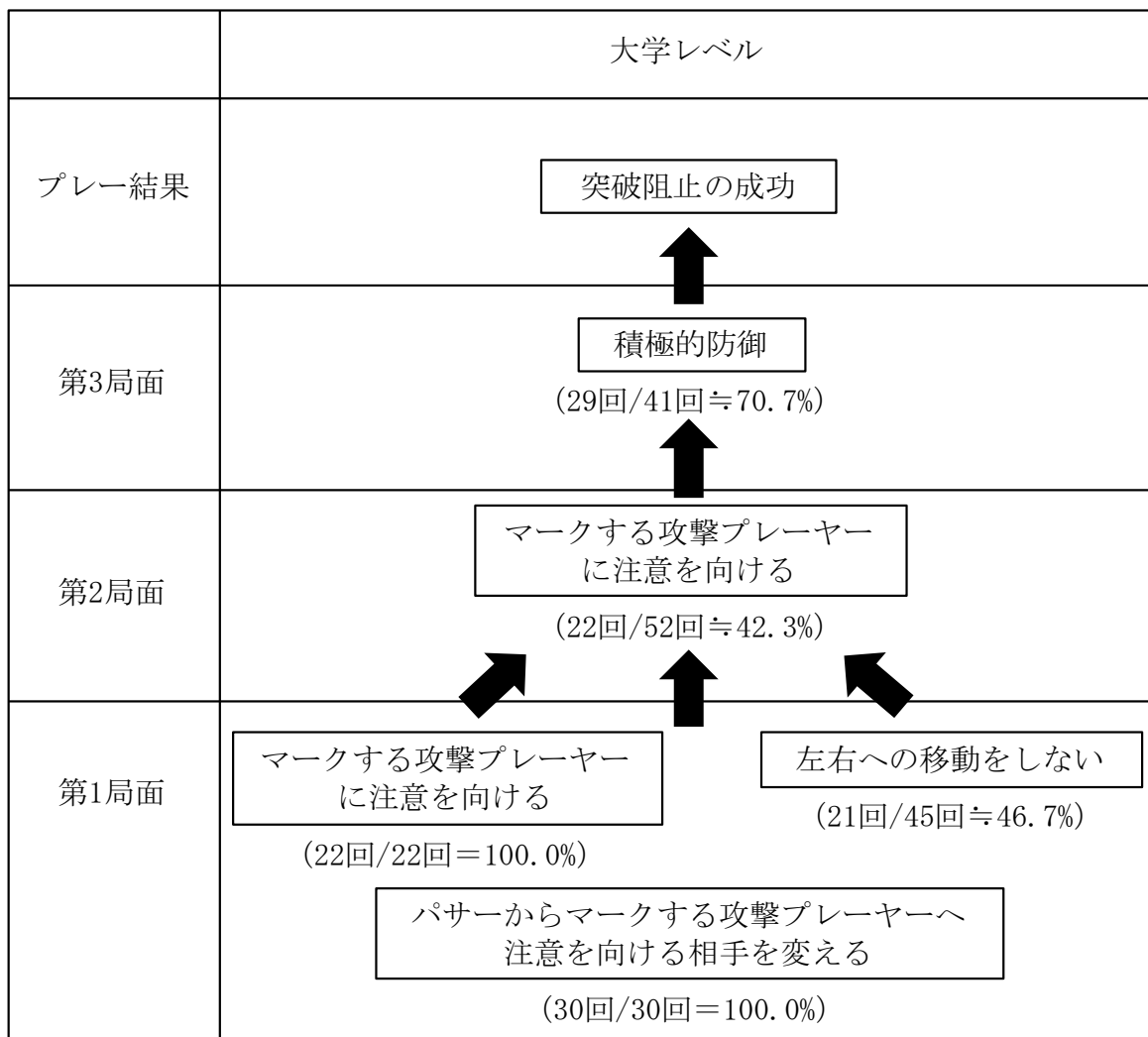


図 11 大学レベルにおける突破阻止の成功に影響するプレー方法

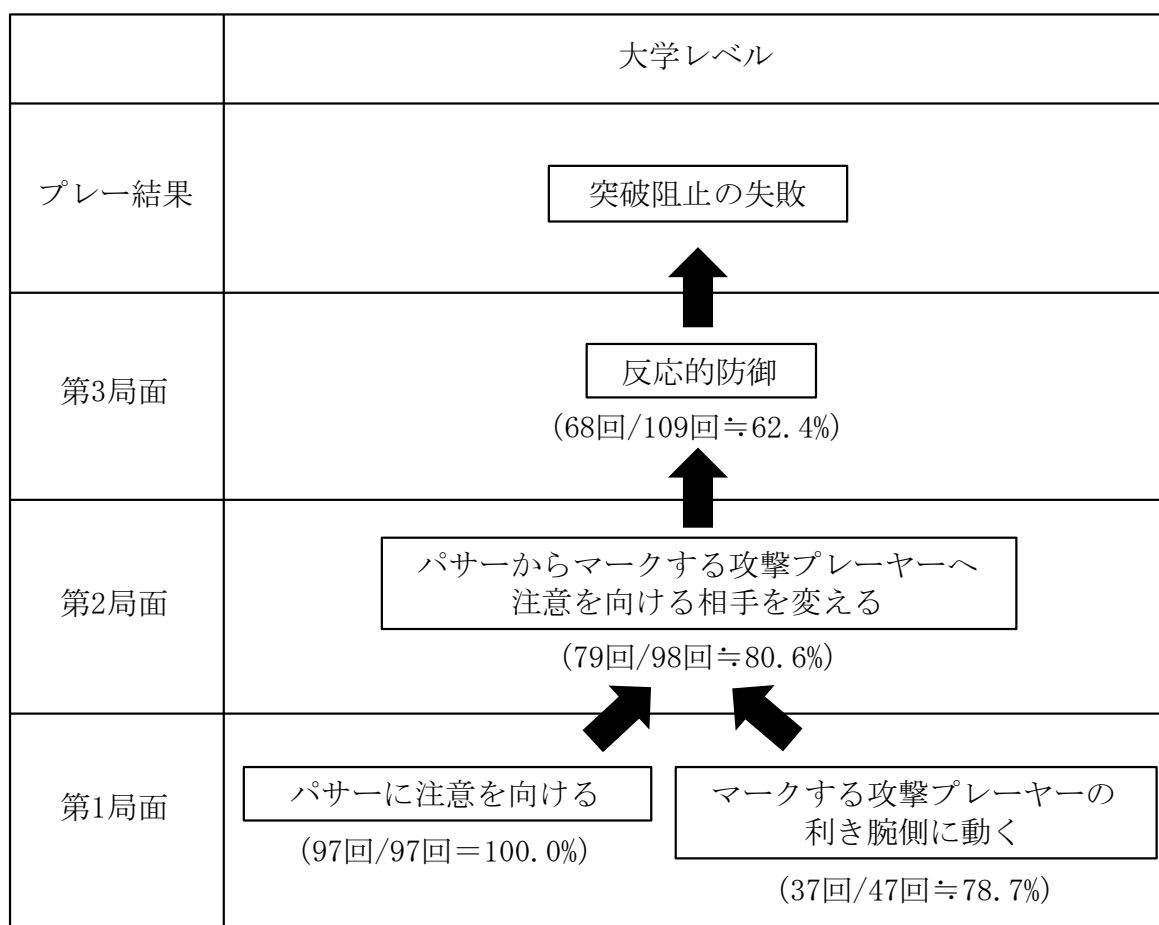


図 12 大学レベルにおける突破阻止の失敗に影響するプレー方法

4. 考察

(1) オンザボール時における有効な防御プレー

本研究ではいずれのレベルにおいても、突破阻止を成功しやすい第3局面の1対1防御プレー方法は積極的防御であり、突破阻止を失敗しやすいプレー方法は反応的防御であることが明らかになった。攻撃プレイヤーは防御プレイヤーとの1対1場面を突破することができれば、成功率の高いシュートを打つことや味方のシュートチャンスにつながるパスをすることができる（大西ほか，1983，p.110）。このことは、防御プレイヤーにとってはマークする攻撃プレイヤーにおける1対1の突破の試みを阻止することができれば、シュートの成功率を下げることで、パスミスを誘うこと、シュートチャンスにつながるパスを防ぐことができることを示している。ハンガリーにおけるハンドボールの一貫指導システムや、ドイツにおける9歳から12歳の子どもに対する段階的指導では、1対1の場面にお

いては防御プレイヤーが攻撃プレイヤーの突破の試みを阻止し、無理やりシュートを打たせたり、スチールしたりすることでボールを獲得することや、攻撃プレイヤーのミスの誘発を狙った積極的防御の習慣作りを優先している（ネメシュ・會田，2012；財団法人日本ハンドボール協会，2004）。日本においても小学校期や中学・高校期の選手に対する防御の指導において、マークする攻撃プレイヤーによる1対1の突破の試みを阻止し、無理な体勢でのシュートやミスをさせるような積極的防御の習得を目指したトレーニング内容（財団法人日本ハンドボール協会，2009，p.7）が示されている。これらのことは、ヨーロッパと日本における1対1防御の指導においては、いずれもオンザボール時は防御プレイヤーが自ら積極的に動き、相手の動きを遮断するプレーを行うプレーが推奨されていること、およびそれがゲーム場面で実施されていることを示している。

本研究において、世界レベルにおける突破阻止の成功率（60.9%）は、日本レベル（48.3%）と大学レベル（46.7%）に比べて高いことが明らかになった。栗山（2006）は、均衡打破局面における攻撃プレイヤーの1対1による突破の試みが成功し、シュート局面または継続局面に移行するためには、ボールを保持している間に、防御プレイヤーとの間合いを近づけないものにする必要があると述べている。このことは、世界レベルの第3局面における前に詰めるプレーが、突破阻止に影響を及ぼすプレー方法であること、世界レベルにおける第3局面の前に詰めるプレーによる突破阻止が63回中50回（成功率79.4%）あり（表21）、日本レベルと大学レベルでは、それぞれ30回中16回（53.3%）と29回中17回（58.6%）あったこと（表24と表25）を考え合わせると、オンザボール時における前に詰めるプレーは、ボールを保持している攻撃プレイヤーに優位な間合いを与えず（栗山・平岡，2008）、その場で止めてしまうような（クンスト，1981，p.249）、有効なプレー方法であると考えられる。ハンドボールのルールでは、相手の進路を妨害するために相手と正対した状態においては胴体や曲げた腕を使った身体接触は許されており（財団法人日本ハンドボール協会，2010，p.28）、防御プレイヤーの身体接触は攻撃プレイヤーの活動を制限するために重要なプレー（財団法人日本ハンドボール協会，1992，pp.113-114）である。また松木・會田（2012）は、個人の防御において積極的な防御では身体接触が多く見られると述べている。これらのことから、第3局面、すなわちボールを保持した相手と直接対峙する局面では、攻撃プレイヤーの活動を制限する身体接触を伴った防御プレーが、突破阻止に有効であると考えられる。

ヨーロッパハンドボール連盟では、ジュニアレベルのプレイヤーに対する1対1防御プ

レーに関して、第3局面ではボールを保持している攻撃プレイヤーに対して近づくこと(アプローチ)、そのプレイヤーに組み付いて前進を妨げること(タックル)という2つのプレーの組み合わせで指導している(European Handball Federation, online)。また国際ハンドボール連盟では、防御プレイヤーが移動するときには小さくて速いステップを使うこと、跳ねないこと、脚を交差させずに平行に動かすこと、さらに、攻撃プレイヤーにタックルするときには曲げた腕を使うこと、タックルした後には足を動かすことを指導している(International Handball Federation, online)。つまり海外ではボールを保持している攻撃プレイヤーに対する1対1防御プレーに関して、アプローチとタックルという2つのプレーを組み合わせで近い間合いで突破を阻止する指導をしている。一方、日本では、どのように積極的防御を行うのかに関する指針は十分に明確になっておらず、実際の指導現場においてもタックルという用語、またはそれに相当する用語が使われることはない。国内において1対1防御プレーにおける突破阻止の成功率を上げるためには、アプローチやタックルといったオンザボール時のプレー方法に関する指導の指針を明確にする必要があると考えられる。

(2) オフザボール時における有効な防御プレー

世界レベルにおいて突破阻止を成功しやすい1対1防御プレー方法は、第1局面では、6mラインから9mライン間を動くプレー、マークする攻撃プレイヤーに注意を向けるプレー、前に詰めるプレーであった。また第2局面では、前に詰めるプレーであった。ヨーロッパのトップレベルプレイヤーは、個人の攻撃戦術においてシュート動作やそれに至るまでの動きの中で防御側の予測を困難にさせる選択肢を持っている(山田, 2011, p.80)。防御プレイヤーが攻撃プレイヤーの1対1による突破やシュートを防ぐには、マークする攻撃プレイヤーがボールを保持したときにゴールと相手を結ぶ線上に位置を取り、プレーに制限を加えなければならない(大西ほか, 1983, p.129)。そのためには、マークする攻撃プレイヤーのボールを保持する前の助走方向や助走スピードをよく観察し、ボールを保持する位置を予測することが必要になる。防御プレイヤーは、ボールを保持していない攻撃プレイヤーに対して距離を取ることでその動きをよく見ることができ(大西ほか, 1983, pp.129-133)、攻撃プレイヤーがボールを受けることが分かっているときに前に詰めることができる(クンスト, 1981, p.267)。これらのことから、世界レベルの防御プレイヤーはオフザボール時において、まず、6mラインから9mライン間でマークする攻撃プレー

ヤーとの距離を取りながら動き、そのプレーヤーのボールを保持する前の動きをよく観察していると考えられる。そのため、マークする攻撃プレーヤーのボールを保持する位置を予測することができ、第1局面においても第2局面においても前に詰めることができていると考えられるのである。

日本レベルにおいては攻撃プレーヤーの突破を阻止するために有効な第1局面と第2局面のプレー方法はなかった。このことは、オフザボール時における防御プレー方法が十分に確立されていないことを示している。

大学レベルにおいて、突破阻止を成功しやすい第1局面の1対1防御プレー方法はマークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレー、パサーからマークする攻撃プレーヤーに注意を向ける相手を変えるプレー、左右への移動をしないプレーであった。またこれらのプレーは、第2局面のマークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレーと、第3局面の積極的防御との間に有意な関係が認められた。これらのことは、大学レベルの防御プレーヤーがボールを保持している攻撃プレーヤーの突破阻止を成功しやすいプレー方法である積極的防御を行うためには、パサーがボールを保持している間はそれぞれに与えられた防御エリアの中であまり動かずに、マークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを行うこと、ボールが空中を移動している間はボールの動きではなく、マークする攻撃プレーヤーの動きに注意を向け続けることが必要であることを示している。

日本ハンドボール協会（財団法人日本ハンドボール協会，2011）は、2000年から始まったナショナルトレーニングシステム（一貫指導システム）における1対1防御のキーポイントとして、パサーがボールを保持している間（第1局面）は仲間のフォローができる位置を取ることと、ボールを持っているプレーヤーの目を見てボールに身体の面を向けることを挙げている。大学レベルにおいて第1局面のパサーに注意を向けるプレーが全体の64.7%を占め、利き腕側または非利き腕側に動くプレーが全体の70.0%を占めていること（表27）は、大学レベルの防御プレーヤーが日本ハンドボール協会の指導ポイントを忠実に表現していることを示していると考えられる。つまり大学レベルの防御プレーヤーは第1局面において左右への移動を行い、隣の防御プレーヤーが突破されることを前提にフォローを行うことができる位置取りをしているがために、マークする攻撃プレーヤーを見失ってしまい（川上ほか，1990）、第2局面以降にマークする攻撃プレーヤーの助走の方向に関する予測を早い時機に行うことができず（笠井・平岡，1977）、自分がマークしている攻撃プレーヤーの1対1を守ることができないと考えられるのである。国内の防御プレ

ーヤーにおける突破阻止の成功率を向上させるためには、一貫指導におけるオフザボール時のプレー方法を再検討する必要があると考えられる。具体的には左右への移動を伴うボール中心の1対1防御プレー方法から、あまり左右への移動を行わないマークする攻撃プレーヤー中心の1対1防御プレー方法への変更が必要であると考えられる。

5. 要約

本研究の目的は、ハンドボールのセットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御プレーについて明らかにし、コーチングの実践現場に有用な知見、すなわち日本国内の選手における1対1防御プレーの目標像や課題を明らかにすることであった。そのために、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて実際のゲームで見られるプレーを検討し、1対1防御において、世界レベル、日本レベル、大学レベルのいずれにおいても見られる共通の特徴、各レベルにおける特有の特徴を明らかにした。主な結果は以下の通りである。

1. オンザボール時における突破阻止に有効な1対1防御プレー方法は、積極的かつ前に詰めて攻撃プレーヤーの活動を制限する身体接触を伴ったプレーである。また、日本国内において1対1防御プレーにおける突破阻止の成功率を上げるために、オンザボール時のプレー方法に関する指導の指針を明確にする必要があると考えられる。
2. オフザボール時における突破阻止に有効な1対1防御プレー方法は、世界レベルでは、6mラインから9mラインの間を動くプレー、マークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレー、前に詰めるプレーであった。日本レベルでは、それは確立されていなかった。また、大学レベルでは、マークしている攻撃プレーヤーの1対1を守ることができないプレー方法、すなわち左右への移動を伴うボール中心の1対1防御プレー方法が多用されていた。国内において1対1防御プレーにおける突破阻止の成功率を上げるために、一貫指導システムの内容を再検討し、左右への移動を行わないマークする攻撃プレーヤー中心の1対1防御プレー方法を取り入れる必要がある。

以上のことから、ハンドボールのセットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御プレー方法は、オンザボール時における積極的かつ前に詰めて攻撃プレーヤーの活動

を制限する身体接触を伴ったプレー，オフザボール時においては世界レベルの防御プレーヤーが実践していた 6m ラインから 9m ラインの間を動くプレー，マークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレー，前に詰めるプレーであることがわかった。

また，ヨーロッパハンドボール連盟や世界ハンドボール連盟が示している 1 対 1 防御プレーの指導内容と日本ハンドボール協会が示しているそれを比べたところ，日本国内の選手の 1 対 1 防御プレーにおける突破阻止の成功率を上げるためには，オンザボール時にどのように積極的防御を行うのかに関する指導の指針を明確にしたり，オフザボール時にマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーができるようになるための具体的なプレーの方法を検討することが必要であることが明らかになった。

第3章 日本国内の選手に対する1対1防御の指導の要点（研究Ⅱ）

1. 目的

前章の研究Ⅰでは、ハンドボールのセットディフェンスにおける1対1防御について、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて3つの異なる競技レベル、すなわち世界レベル、日本レベル、大学レベルのいずれにおいても見られる共通の特徴、各レベル特有の特徴から、オンザボール時とオフザボール時それぞれにおける突破阻止に有効な防御プレーが明らかになった。しかし、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、日本レベルと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かった。このことは、日本国内の選手に対するオンザボール時やオフザボール時の指導を、今後どのようなものにする必要があるのかについて検討しなければならないことを示していると考えられる。

日本の現状として、中学生や高校生の選手に対する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練習や、技術を状況に合わせて合目的的に使いこなせるようにする練習は少ない（山田，2011，p.106）。また、ハンドボールの試合の状況は絶え間なく変化し、選手にはその状況に応じた対応が必要になるにも関わらず、日本では試合の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練習が行われている傾向がある（土井，1992）。これらの指摘は、日本国内における中学生、高校生年代の選手に対する1対1防御の指導では、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）が主に注目され、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，p.16）を併せて伸ばす指導が行われていないことを示している。

これに対して阿江（2001）は、各スポーツにおいて、とりわけ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述べている。ハンドボールにおいても、卓越した選手の個人戦術に関する実践知を知識化することで、それらの年代の選手に対する指導に効果的な知見を実践現場に提供してきた研究が複数ある（會田，2007；平子ほか，2017）。また、遠藤（2006）は、テニスの選手として世界レベルでの競技経験を有する指導者のコツ獲得に関する経験をもとに設定した練習は、競技歴が10年以上かつ全日本学生選手権で入賞したり、全日

本選手権に出場した実績を持つ大学生年代の選手の競技力向上に有効であることを示唆している。さらに、會田（2012, p.125）は、卓越した選手の実践知をさまざまな習熟・年齢段階における効果的な指導に適用させるためには、複数の事例を対象に検討し、動きのコツの発生および発達の共通点などについて明らかにする必要があると述べている。

これらのことから、日本国内における中学生、高校生、大学生年代の選手に対して有効な1対1防御の指導を行うためには、まず、複数人の一流選手の主観的な情報をもとに、オンザボール時やオフザボール時において「どのようにすると1対1の突破阻止をできるのか」を検討する必要がある。次に、それらの選手が実践知を獲得した過程やその経験をもとに推奨する指導を手がかりに、突破阻止に有効な1対1防御を選手が行えるようになるための指導のポイントを提示する必要がある。

そこで第3章では、まず研究課題2-1として、国際レベルで活躍した5名のハンドボール選手を対象に、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防御戦術力の構造を明らかにする。そして研究課題2-2として、上述した対象者の実践知を獲得した過程やその経験をもとに推奨する指導についての語りを質的に検討し、中学生、高校生、大学生など、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する、1対1防御の指導の要点を実践現場に提言することを目的とした。

2. 方法

(1) 実践現場における1対1防御の捉え方

會田（2019）は、球技の試合の中で発揮される戦術的行為のほとんどは、個人戦術、グループ戦術、チーム戦術の3つの枠組みのいずれか1つに分類できず、個人戦術、グループ戦術、チーム戦術は遂行される戦術的行為を観察する視点によって導かれると述べている。このことは防御行為についても、観察者の視点によって、マークする攻撃プレイヤーの行為に対する個人的な行為（個人戦術）と捉えることも、ボールを保持している攻撃プレイヤーとマークする攻撃プレイヤーの行為に対する、味方防御プレイヤーとの間で共有された構想に基づく協働的・組織的行為（グループ戦術）と捉えることも、コート上にい

る選手全員で相手チームに対する戦術構想を持ち、その構想に基づく協働的・組織的行為（チーム戦術）と捉えることもできることを意味している。

本研究では1対1防御、すなわち個人戦術をテーマとしているため、個々の選手の防御行為を相手選手と1対1で対峙する状況の中で捉えることによって、その状況を合目的的に解決するための構想、またはその構想に基づく個人的な行為（會田，2019）の実相を明らかにしようとした。

（2）対象者

対象者は、すでに現役を引退している元ハンドボールプレーヤー5名である。対象者のうち3名は男性で2名は女性であり、いずれも日本代表として国際レベルで活躍した実績、とりわけ3-2-1防御や6-0防御におけるハーフディフェンスまたはセンターディフェンスのポジションを任された経験を持つ（図13）。日本国内における指導書を見ると、3-2-1防御や6-0防御などにおける各ポジションの役割がそれぞれ記載されている（松井・辻，2010；酒巻，2012，pp.154-155；酒巻，2016，pp.168-170）。そこには、ハーフディフェンスやセンターディフェンスの役割を果たしやすい選手の身体的特徴などは示されているものの、男女間の違いについては書かれていない。

また、専門家は行為の中で暗黙に働く知をもち、状況と対話し行為しながら振り返るとともに、行為後に振り返る。そこで自分のもつ理論的枠組みを発見したり、さらにそれを組みかえる再枠組みの振り返りとともに、それをどのように語るかという談話の修辞様式についても振り返りが行われる（やまだほか，2013，p.424）。

これらのことを考え合わせて、本研究では対象者の性別については問わなかった。むしろ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、すなわち対峙する相手と相互主体的関係を結ぶ能力を基に、間主観的に相手と「対話」する能力、行為の中で知を働かせ、その行為自体を前意識的に変化させられる能力を身につけ（會田，2012，p.102）、さらにその行為の意味を語りによって提示できると判断した対象者に調査への協力を依頼した。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，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を対象者に説明し，了解を得ることで，実名を公開することが対象者のプライバシーの侵害にあたらないことを確認した。

なお，本研究で 1 対 1 防御戦術力の構造を明らかにするにあたっては，対象者のコツやその獲得過程など，すなわち対象者それぞれの固有の問題や経験，問題経験がどのように自らの人生や人間としての姿に影響を与えてきたのか（やまだほか，2013，p.388）について読み解くことが重要である。本研究では，対象者の具体的属性が隠されたり変更されたりすることによって，記述の厚みが損なわれ，独自の意味が読み手に伝わりにくくなることを避けるのはもちろん，対象の独自性を通じた研究の価値（やまだほか，2013，pp.91-92）を高めるために，5 名の対象者の実名を公開することとした。

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（秋田・能智，2008，p.61；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。

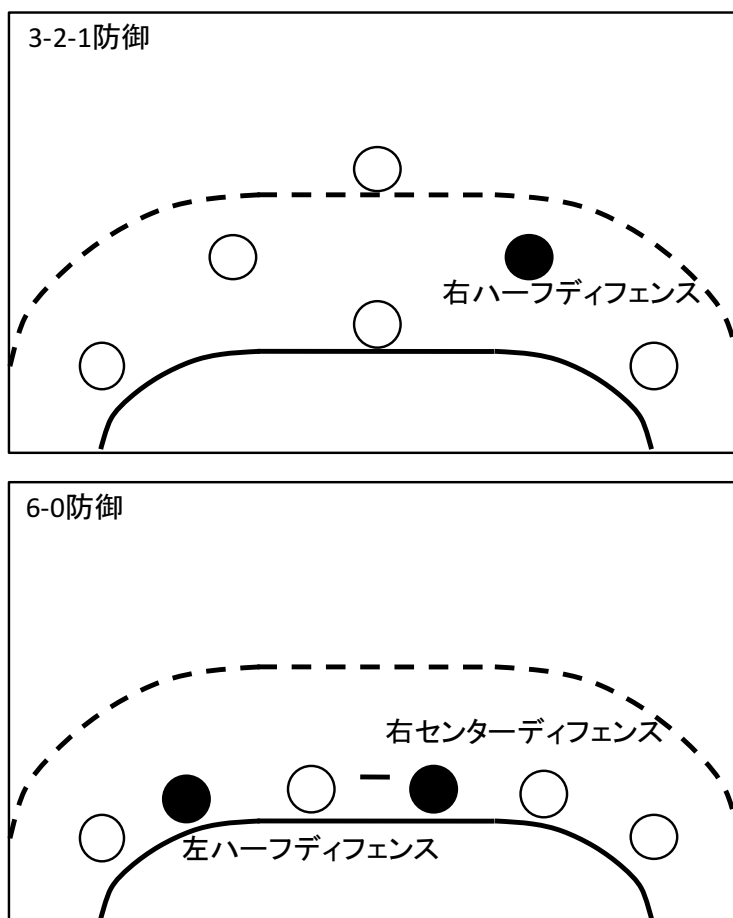


図 13 3-2-1 防御と 6-0 防御の隊形

(3) 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。

(4) 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の突破を阻止しやすい場面としにくい場面、動きのコツ獲得の時期ときっかけ、動きのコツ定着のために行ったトレーニングなどであった(船木・會田, 2014)。個人防御戦術は、マークする攻撃プレイ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イ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(資料1)。

インタビューは、本研究の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, pp.109-110)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)。

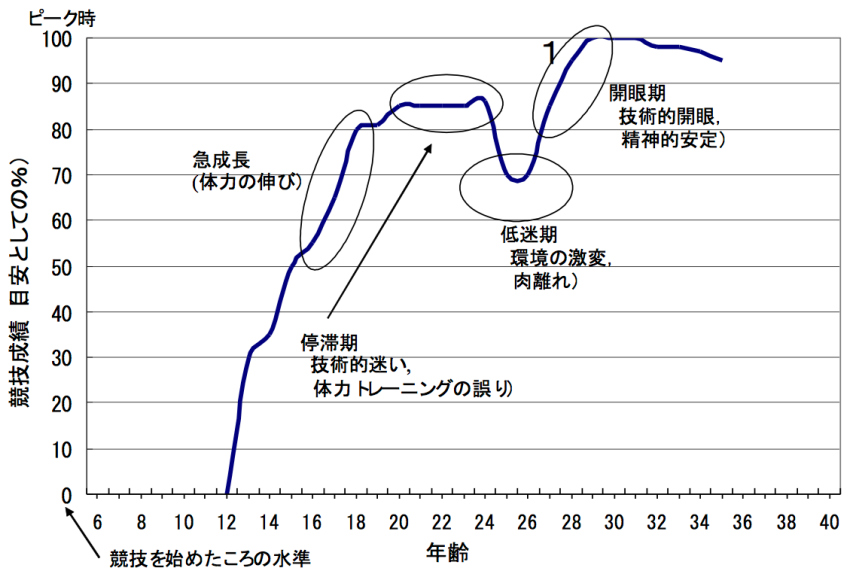
インタビューの実施においては、調査者が当該領域について十分な知識を持つておくことが欠かせない。そのような背景知を進んで利用することによってはじめて、対象者によって語られたことや言外に含まれた微妙なニュアンスを理解したり、自らのリサーチクエスションに接近するための、より深い問いを発することが可能になる(徳田, 2007, p.110)。本研究の筆頭著者は、ハンドボールの選手として全日本総合選手権大会3位、また、監督として全日本学生選手権大会準優勝の実績を持っていた。対象者の語りを深く理解し、語りにリアリティを感じる現場感覚および生成的視点(無藤ほか, 2004)を持っていたと考えられる。

資料 1-2 アンケート調査票

1. あなたの取り組んできたスポーツ種目を、年齢区分ごとに記入してください。なお、大分類には、ハンドボール、陸上競技のようにスポーツ種目を、小分類には、大分類の専門種目、ポジション、階級などを記入してください。特にスポーツ活動を行っていなかった時期については、×印を記入してください。

	~12 歳	12~15 歳	15~18 歳	18~22 歳	23 歳以上
スポーツ種目 (1) 大分類					
小分類					
スポーツ種目 (2) 大分類					
小分類					

2. あなたの現役時代の競技力やパフォーマンスの変化はどのようなものでしたか。競技を始めたころの水準を 0%、競技成績がピークのところを 100%として相対的に自己評価して、下の例にならって大まかな変化をグラフに示してください（グラフは次のページにあります。手書きで結構ですから自由に書いてください）。そして、急激な伸びを示した時期、伸びは急激ではないが、競技の成功につながるような変化があった時期、スランプや低迷期などに○印をつけて、その原因と思われるもの（例：体力的な変化、技術のコツがわかった、精神的な安定、など）を簡単にメモしてください。



資料 1-3 アンケート調査票



資料 1-4 アンケート調査票

3. 質問2でマークした、急激な伸びを示した時期、伸びは急激ではないが競技の成功につながるような変化があった時期において、上達の手がかりになったと思われるものがあれば、下記から選んで、その番号を図に書き入れてください（複数回答可）。

手がかり

1. 指導者の言葉 2. 自分の感覚 3. 自分の写真、ビデオ 4. 一流選手の動き・プレー
5. チームメイトや友人の動き・プレー 6. 書籍や雑誌 7. 動物の動き 8. その他

4. 現役時代を振りかえり、1対1防御でマークする攻撃プレイヤーのシュートまたはフェイントによる突破をうまく守ったプレーを思い浮かべてください。そのプレーがどのようなものだったか、オンザボール時（マークしている攻撃プレイヤーがボールを保持しているとき）とオフザボール時（マークしている攻撃プレイヤー以外の攻撃プレイヤーがボールを保持しているときや、ボールが空中にあるとき）に分けて、できるだけ詳しく書いてください。

5. その1対1防御プレーは、どのような感じやイメージで行っていましたか。可能ならばオンザボール時とオフザボール時に分けて書いてください。たとえ、比喩、擬音語のような表現でもけっこうです。（例 相手の懐に潜るような感じ、スツ・スツ・サツというイメージ、など）

6. その1対1防御プレーについて、どのようなコツ（ここを押さえるとうまくできるというツボ、意識するポイントや内容など）を持っていましたか。可能ならばオンザボール時とオフザボール時に分けて書いてください。

資料 1-5 アンケート調査票

7. そのコツはいつ頃（何年頃あるいは何歳頃）つかみましたか。なるべく詳しく書いてください。

8. そのコツをつかむキッカケはどのようなものでしたか。なるべく具体的に書いてください。
（例 ○○○選手に注目して試合を見ていたとき、コーチの○○○という言葉など）

9. 上記の質問4～8で答えていただいた1対1防御プレーは、どのような状況や場面で有効でしたか。
（例 相手オフェンスがボールの動きを追いかけていたとき、など）

10. そのコツをつかんだころ、競技的にはどんなこと（体力面、技術面、精神面など）に悩んでいましたか。もしあれば、差し支えない範囲で具体的に教えてください。

資料 1-6 アンケート調査票

1 1. そのコツをつかんだ時期の前後のことについてお聞きします。

(1) 1対1 防御プレーの感じやイメージはどのように変わりましたか。

前：

後：

(2) 競技に対する意欲、考え方、取り組み方などはどのように変化しましたか。

前：

後：

1 2. 本調査は、国内選手に対する指導における1対1 防御の効果的なトレーニングの開発に役立つ資料を得るためのものです。あなたの経験から中高校生や大学生のときに習得しておくべきであると思われる基本的な技や動きをいくつかあげてください。また、その基本的な技や動きをうまく行うためのコツはどのようなものとお考えでしょうか。中学生や高校生の選手に教えるつもりで表現してください。

	基本的な動きや技	そのコツ
1		
2		
3		
4		
5		

時間と労力をさいていただきまして、また、非常に貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

(5) 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、語り全体の流れを理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。そのときに、対象者の語り全体の流れを理解しやすくするために、本研究者の補足を（ ）で語りの内容の中に加えた。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。

(6) テクストの作成

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、本研究者と本研究に関わっていない2名の研究者との間でトライアングレーションを行い、質的研究で求められるデータ生成に関わる信頼性と妥当性（ブルア・ウッド，2009）を高めた。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。これは具体的には、例えば本研究者がテキストにおいて「相手のフェイント（上半身の左右の動き）にはだまされずに、1歩目の脚のときに自分も動き出す」と示したものに対して、この2名の研究者との協議によって「相手のフェイント（上半身の左右の動き）にはだまされずに、1歩目の脚が動いたなという瞬間に自分も動き出す」という文言に修正するといった手続きである。

(7) テクストの分析

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築し、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）」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の経験をどのように関連づけ，組織立てたかについての語りであり，意味づけられた行為の語りであるにとらえることとした。なお，分析にあたっては，個人戦術に関する既存の理論をできるだけ保留しつつ（會田，2008），まず対象者それぞれの事例の具体的様相の解説を行い，次に事例共通の構図の抽出を行った。

図14に本研究におけるインタビュー調査からテキストの分析までの手続きを示した。

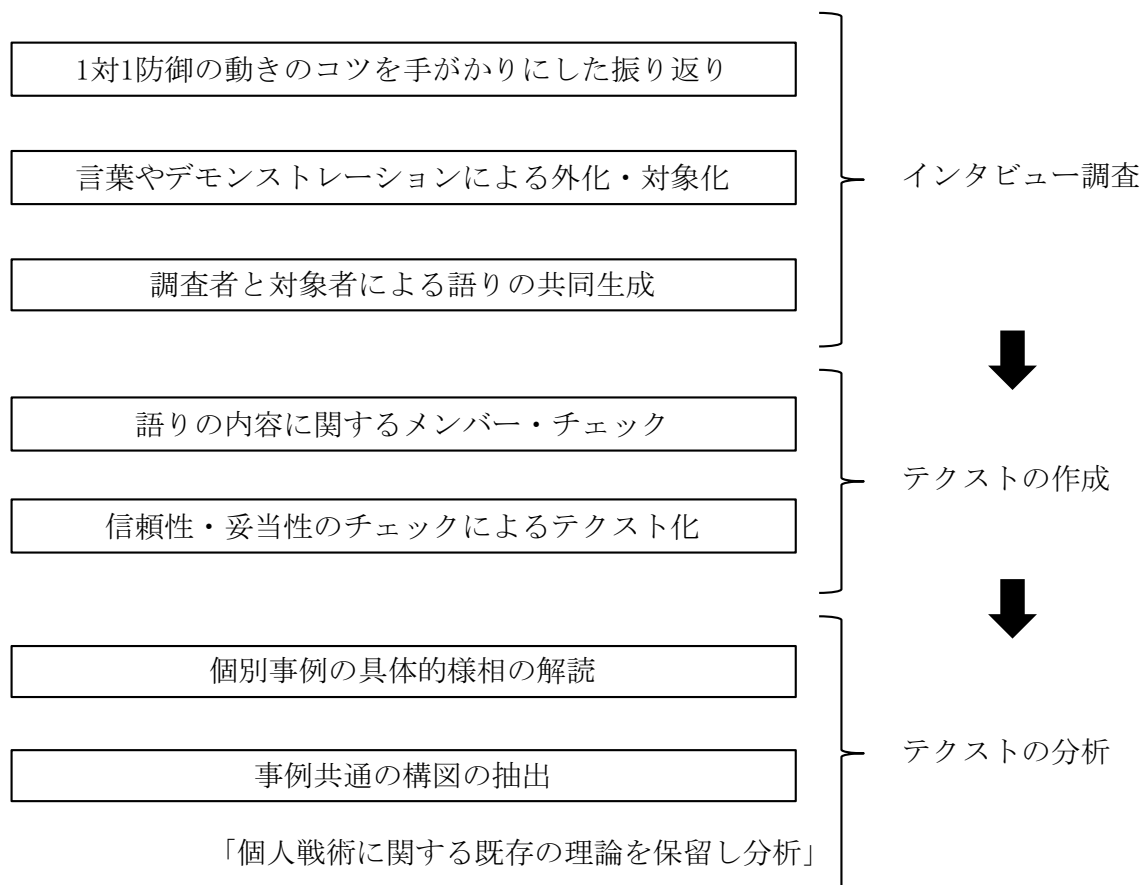


図14 本研究におけるインタビュー調査からテキストの分析までの手続き

3. 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。

(1) 佐藤壮一郎氏のテキスト

1) オフザボールにおける視野と位置取り

(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。例えば、自分が左バックと1対1をするとしたら、センターがパスをしてから左バックの動きを見ていたら準備が遅れるんです。だから、まずオフザボール中は目をキョロキョロと動かして (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。センターがパスをしたらボールの行き先は決まっているわけだから、両方の動きを視野に入れておくことで、左バックのところに素早く移動でき、勝ちの位置と僕に有利な間合いを取ることができるというわけです。また、オフザボールのときには、相手オフェンスの動きや隣のディフェンスの動きなど、状況を見ながら位置取りを少しずつ変えます。「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变化させていました。

2) オンザボールにおける位置取りとその後の対応

オンザボールでは、ボールと2つのゴールポストを線で結んだ三角錐の左半分的位置、つまり、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15)。そして、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、へそを相手の右脚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。これが僕の中で1番いい守り方でした。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。とにかく「両腕で相手をつままえに行く」みたいな感じで前に詰めていました。

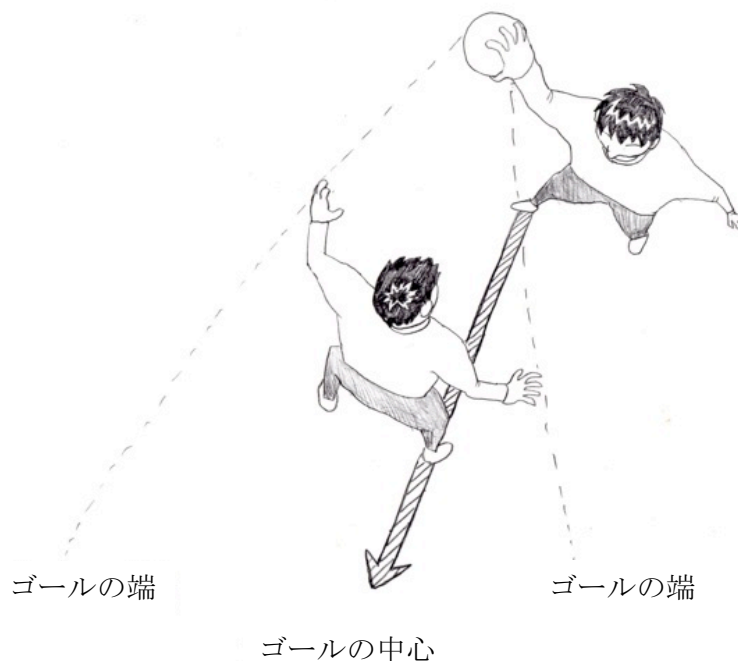


図 15 勝ちの位置のイメージ（佐藤氏）

3) 体格差のある攻撃プレイヤーのスピードとパワーを生かした突破を防ぐけん制

僕は 175 cm・85kg と選手としては小柄なので、2m・100kg くらいある大型の左バックが相手の場合、オンザボールでいつもどおり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。走り込まれてボールを持たれてしまうと、どうしようもなかったんです。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対格差があっても守れるんです。190 cm ぐらいまでの相手であれば、オンザボールのときに僕の間合いを作りに行けるんです。だけど、2m 以上の相手と戦うときには、僕の身長では懐に入ることができないのでこういう守り方になりますね。

4) 動きのコツの獲得過程

高校生からハンドボールを始めて、当時はたくさん 1 対 1 の練習をしました。そのときによく先輩に「ボールを持った攻撃プレイヤーに対して前に出て守れ。」とアドバイスを受

けました。それをずっと頭に置きながら、前に出て守ることを忠実に繰り返してたんです。そうすると段々と守れるようになってきて、1対1を突破しにくる相手をファッて、なんか守れちゃったんです。前に出てガシッと相手を押さえる間合いを作る動きを勝手に体が覚えているような状態になってて…。無心でできたんだと思います。

また、高校生のおときには、ディフェンスピストンをやらされてましたね。「自分のマークする攻撃プレイヤーにボールが入ったら前に詰めて、隣の攻撃プレイヤーにパスが行ったらポストにパスされないように下がって」という動きをひたすら繰り返します。前に詰めて相手の懐にスーッと入るときの体の使い方につながったのかもしれない。

大学生のおときに、オンザボールのおときの基本的な間合いや位置の取り方、重心の置き方に関しては自分なりのコツを持っていました。また、オンザボールのおときにいい間合いに入れなかったときは相手にフェイントをかけさせて相手が動いた方向について行くみたいなことをなんとなくやってました。でも当時は、ほとんどが「前に詰めて、相手の懐に入ってガシッと捕まえるの1点張りみたいな感じ」でした。オフザボールのおときの状況認知のやり方とか位置取りを少しずつ変化させることを覚えたのは、大同特殊鋼や全日本に入ってからです。

僕は運が良かったので、20代のおときに自分より優れた攻撃プレイヤーとマッチアップできました。いろいろな1対1の突破のやり方を持った攻撃プレイヤーと勝負できたことで、僕の得意な間合いで1対1を守るだけでなく、相手に応じた守り方をできるようになりました。相手がこういうタイプだから懐に入るとか、弾くとか、正面に入るとか、重心の位置を変えるとかいつも考えてましたね。相手の得意な動きをつぶす策を考えて、それを実行できるようになりましたね。

5) 推奨される国内の選手に対する1対1防御の指導

これからの時代は、個人のシュート力、フェイント力、パスの精度やスピードがさらに上がってくると思います。そんな中で、組織の力だけでは絶対に守れません。試合の場面に合った柔軟な対応ができる防御プレイヤーが必要だと思います。そのため普段、私が選手に対して指導していることは、状況を見ること、位置取り、間合いなどの1対1防御の基本についてです。それからは、それぞれの選手が守り方を編み出していくような、考える力をつけてもらうのがいいと思います。いろいろなフェイントができる、パワーがある、アウトに突破するのが得意、インに突破するのが得意など、いろいろなタイプの攻撃プレイヤーと戦わせて、じゃあどうするのかっていうことを一緒に考えていくような…。基本

があって、考えるところの余裕は持たせておくような感じですね。これしかダメだっていう状態じゃなくて…。

これまでの日本のナショナルチームが世界の強豪国と互角の試合をしたときのディフェンスは、ゴールエリアライン付近をしっかりと守って、ゴールキーパーがシュートを止めてっていうものがほとんどだと思います。でもこのディフェンスだと、ある程度ゴールキーパー頼みになるので、今後日本が世界と対等に戦うには、マンツーマンの要素を入れたようなディフェンスが必要だと思います。そのためには、小さい頃から前後左右に動けるフットワークを身につけさせなければなりません。そういう能力を持っていない選手が相手を捕まえにいくとか、相手を弾くとかやっちゃうと、警告や退場につながってしまうんです。

(2) 坂元智子氏のテキスト

1) オフザボールにおける位置取りと構え、前に詰め始めるタイミング

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ります。また、右バックの攻撃プレイヤーをマークしている他の防御プレイヤーを見ると、センターがボールを持っているときに、左脚を前に出してセンターに体を向けた状態で隣のフォローをできる位置取りをしている人が多いです。そのようにしてしまうと、センターが右バックにパスした瞬間にパッと見る相手を変えたときに、右バックがすでに右や左に回り込んでいて上手く守れないことがあるんです。だから私は、センターがボールを持っているときには、右脚を少しだけ前に出してゴールにお尻を向けるような感じで構えて、首を振って、センターと右バックの両方の動きが常に視野に入るようにしています（図 16）。6-0 防御の場合、センターがボールを持っているときには、センターディフェンスが 8~9m くらいの高さまで詰めるので、センターディフェンスとサイドディフェンスとの間にできる段差が埋まるような位置、つまり 3 人の脚が一直線に並ぶような位置に入ります（図 17）。

1対1をうまく守るためには、オフザボールのときの詰め始めるタイミングが重要です。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。詰め始めるときには、私は7mくらいのところにいると思います。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。

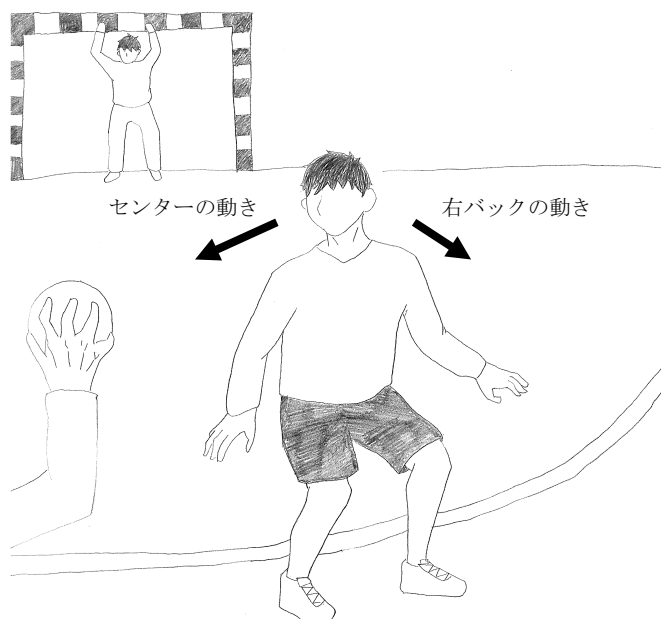


図 16 センターがボールを持っているときの構え（坂元氏）

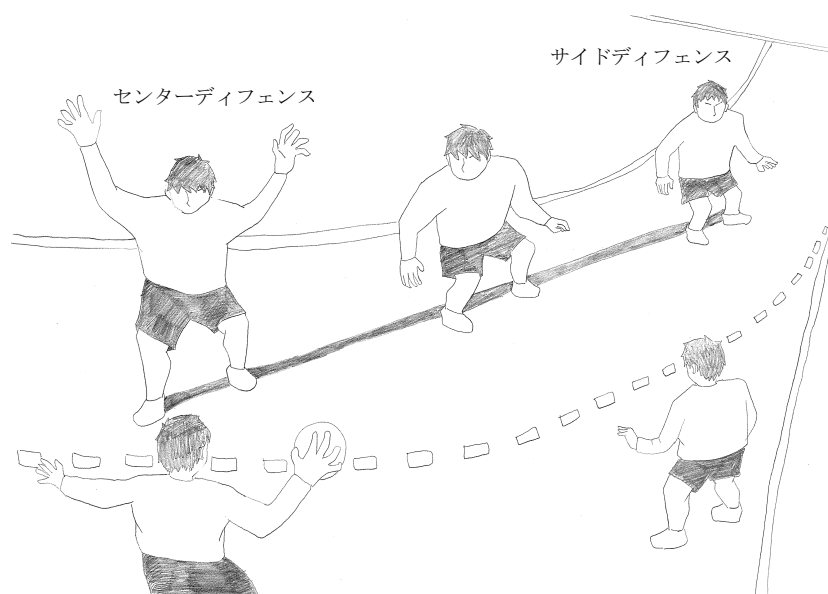


図 17 3人の防御プレイヤーの脚が一直線に並んでいるイメージ（坂元氏）

2) オフザボールにおける前に詰める動きとオンザボールにおける対応

右バックに対して前に詰めるときには、ランニングステップとサイドステップを組み合わせさせて使っていました。ランニングステップはサササッと走るような感じです。まずこのステップで2~3歩くらい前に詰めます。ただ、いつまでもランニングステップをしていると、相手がフェイントをかけるときに脚の方向づけができなくなってしまうので、相手にボールが入ったときに右脚か左脚が必ず前に出ているように、途中でサイドステップに変えます。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右バックがボールを持つ前に相手の体の左半分に着いた位置を取りにいけます。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パッ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) 右利きの右バックへの対応

右利きの右バックがサイドラインに近い位置で1対1を仕掛けてくるときに、左脚を前に出して守るのは絶対に無理です。また、女子の場合、サイドラインに近い位置からロングシュートを打てる人はあまりいません。打ってくれたらキーパー勝負ですね。だから、そういう場合は、相手がボールを持っているときもあまり前に詰めすぎないようにして、

7m くらいの高さでわざと利き腕の方の空間を空けるようにして、右脚を前に出して構えておきます。そうすると、その相手は私の位置取りがズレているとか、位置取りをするのが遅れていると思うみたいで、私とサイドディフェンスの間の空間でカットインを狙ってきます。その瞬間に、前に詰めるというよりも横にスライドして、その空間を縮めて突破を阻止します。ゴールエリアラインに沿うような感じで脚を出すんです（図 18）。上手くいくときはチャージングを取ることもできます。相手がカットインするまでに走る距離よりも私が横にスライドする距離の方が短いので、相手がスピードを出して突破を狙ってきてもパッと 1, 2 歩動くだけで突破を阻止できます。

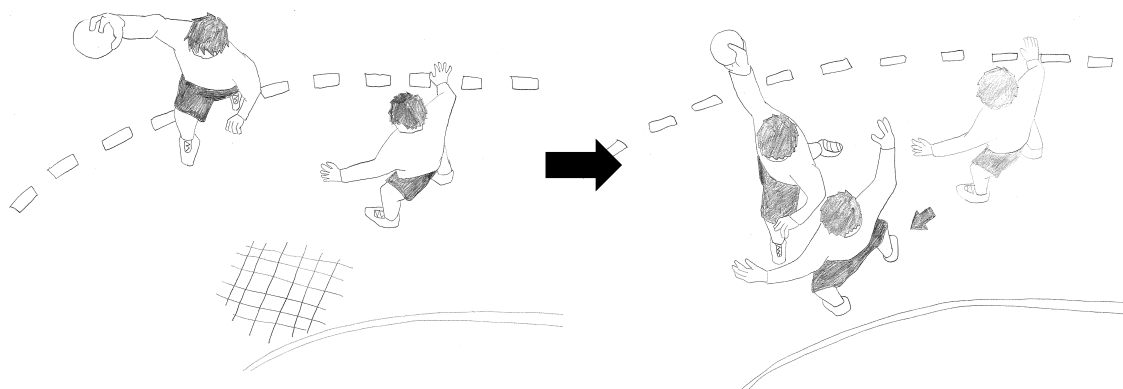


図 18 横にスライドして右利きの右バックの突破を阻止するイメージ（坂元氏）

4) 動きのコツの獲得過程

オムロンに入って 1~2 年目は、まだ 1 対 1 の防御のコツをつかんでいなかったの、力づくで 1 対 1 を守っていました。とにかく相手を捕まえることに必死でした。（オフザボールで）詰め始めるタイミングが遅くなってしまい、そこから強引に前に詰めても相手がボールを持ったときに簡単に逃げられてしまうことが多かったり、接触はしているけど相手に半身抜かれている場合でも腕の力で引っ張って守ろうとするから、警告や退場をすることも多かったです。（オフザボールで）いつ詰め始めたらいいかいろいろ指摘されるんですけど、何をどうしていいのかがわからなかったんです。どんな守り方をしたらいいかをずっと悩んでいました。

20 歳~22 歳の頃に、マークする攻撃プレーヤーに対して前に詰め始めるタイミングのコツをつかみました。この時期の 1 対 1 の練習では、ずっと同じようなものを繰り返していました。いつコツをつかんだのかは、はっきりと覚えていません。

1つ目は、パサーがパスの投げ方やタイミング、その速さや軌道をいろいろ変えるのに対して、どのタイミングでパサーがボールを離してもその瞬間に詰め始められるようにして、相手を捕まえるようにバチンと接触する1対1の守り方の練習です。例えば、パサーはジャンプしながらパスしたり、パスの軌道がまっすぐだったりふわっとしたものだったりもします。この練習では、パサーの姿勢や目の動きを見て、それらの違いに応じて詰め始めるタイミングをいろいろと変えられるようになったと思います。2つ目は、防御プレイヤーの後ろから攻撃プレイヤーにパスが出る1対1の練習です。防御プレイヤーは、相手のボールをキャッチしようとしている姿勢や目の動きを観察して、詰める方向や距離、どちらの脚を前に出したほうが有効かなどを考え、「このタイミングでマークする相手にボールが入るな」というときに詰め始めます。パスは攻撃プレイヤーの正面に行くとは限りません。パスは右に行ったり左に行ったりするので、そのときの相手の体の向きや視線が変わるのをよく見て判断していました。これらの練習は自分のポジションではなく、真ん中のエリアでやっていました。なので、前に詰めたときの脚の方向づけは、相手が自分の左側に動けば右脚が前に出ますし、反対に行けば左脚が前に出ます。

こういう1対1の練習で基本的なことをやって、2対2、3対3、4対4の練習で隣の人とのコンビネーションを取ることを繰り返しました。周りには攻撃が上手な人たちが多かったのですが、その人たちもやっぱり人間だから、マークしている攻撃プレイヤーにパスを選択した場合、そっちの方向を見たりするんです。ボールを持っている人をよく観察していると、ボールを持ってすぐはポストを見たりして、パスする相手やタイミングをだまそうとするんですが、最後にはちらっとパスする相手を見るってということがわかったんです。その後、ボールを保持している攻撃プレイヤーと私がマークしている攻撃プレイヤーそれぞれの動きから、前に詰め始めるタイミングを変化させられるようになったんです。オムロンに入って最初の頃はディフェンスが嫌いだったんですけど、1対1の防御のコツをつかんでからはディフェンスが面白くなりました。ディフェンスに対してどんどん興味も出てきました。

5) 1対1 防御の基本とそれを身につける練習

隣の人とのコンビネーションで守るためには、フットワークや1対1の防御といった基本ができていないとダメだと思います。そのためには、基本の繰り返しをすることが重要です。1対1の防御であれば、いろいろなタイミングで詰め始めることや方向づけ（脚の出し方）を身につけておいたほうが良いと思います。

相手にバチンと接触する守り方を覚えるには、防御プレイヤーがボールを持った状態で3mくらい離れたところにいる相手と向かい合って、その相手にパスをしながら前に詰め始めて1対1を守る練習がいいと思います。防御プレイヤーがボールを投げると同時に相手もボールをもらいに来ますから、近い間合いを作りやすいと思います。

(3) 永島英明氏のテクスト

1) オンザボールにおける構え

1対1をするときに、ボールを持っている攻撃プレイヤーはいくつかのプレーを選択できます。例えば、インフェイント、アウトフェイント、ジャンプシュート、ステップシュートなどです。また、パワーやスピードを生かすことや、使う歩数に変化をつけることもその1つだと思います。それに対して防御プレイヤーは、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。パスやシュートといったプレーのほとんどは、攻撃プレイヤーの利き腕から繰り出されます。だから、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（相手が右利きであれば右腕側、左利きであれば左腕側）、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19）。重心はお腹の下の方に置いておきます。背中ではできるだけ反らないように、少し丸める感じです。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びづらく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。早いタイミングでの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（図20）。

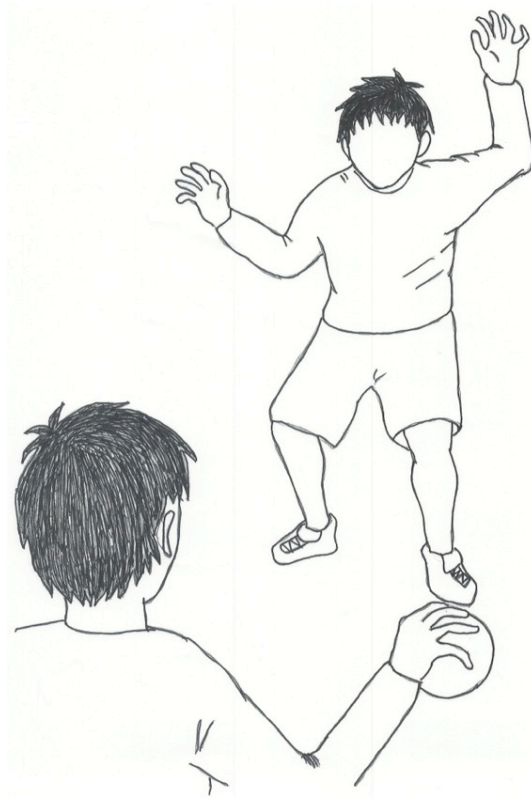


図 19 ハンドアップした構え (永島氏)

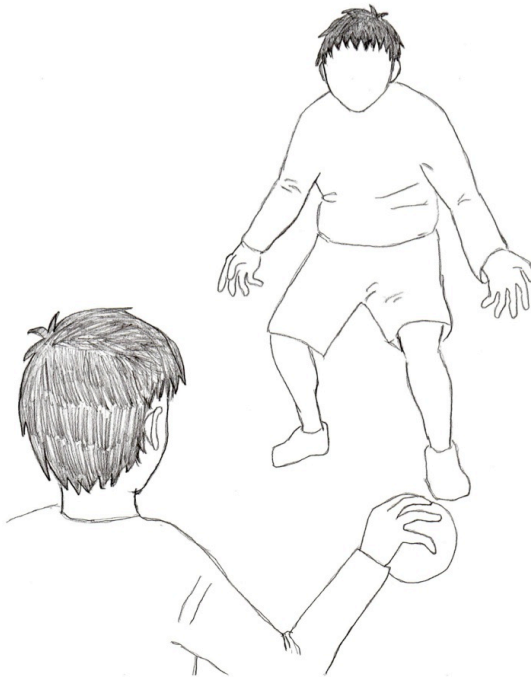


図 20 ハンドアップしない構え (永島氏)

2) 相手のフェイントを使った突破への対応

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弾き出すことが重要です(図 21)。センターの突破を阻止するとき腕の力を使うのは当然のことですが、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(図 22)。1対1のトレーニングをするときにも、最近では、相手を捕まえるというより弾き出すような意識を持っています。また、できるだけ上半身をひねらないで守り続けること、サイドステップで相手の動きについていって利き腕側の位置取りがずれないことに注意しています。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。僕よりもパワーがなかったり体格が小さいセンターを相手にしている場合は腕の力だけでも守れることはあります。だけど、体格の大きな海外のセンターなどを相手にした場合は肩でグッと押すようなことをしないと守れません(図 23)。

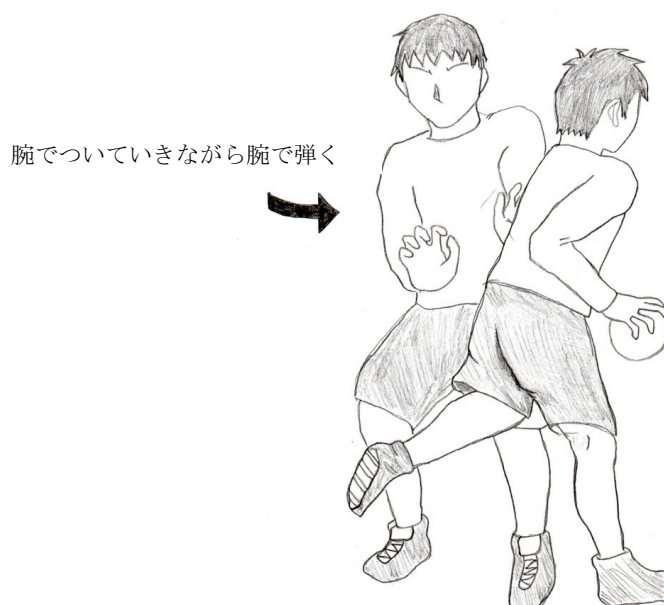


図 21 脚でついていきながら腕で弾き出すイメージ (永島氏)

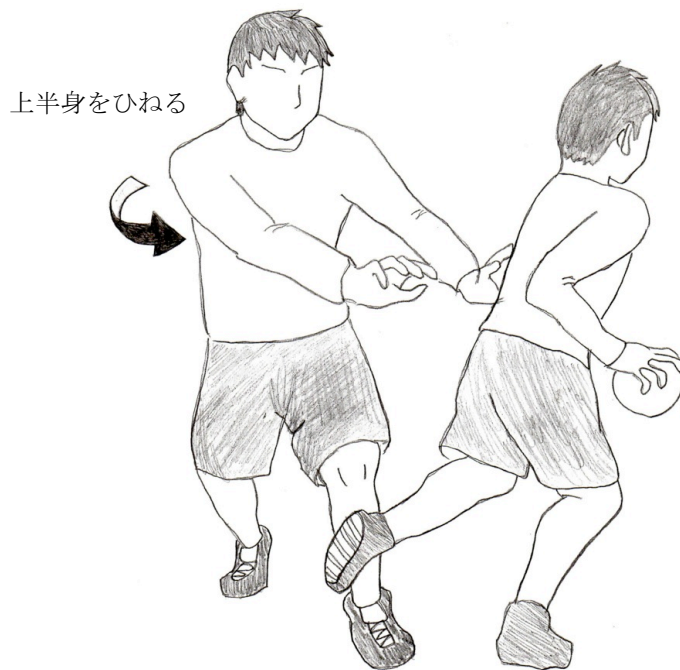


図 22 腕の力だけで守ろうとしているときの姿勢（永島氏）

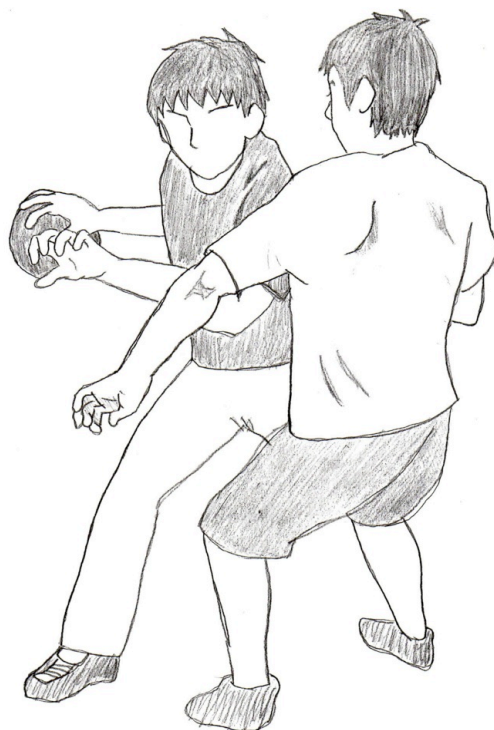


図 23 肩で押し出すイメージ（永島氏）

3) 動きのコツの獲得過程

1対1の防御のコツをつかむ前は、「相手にいくらスピードがあってもパワーで押さえてやろう」とか、「ガツガツ接触して全部フリースローにしてやろう」というような考え方で守っていました。だから日本リーグに入ってからずっと、体を鍛えたり体重を増やしたりして、相手と接触することに自信をつけるようなことをやっていました。でも、大崎電気の監督の岩本さんから「フリースローを取りにいくことが1対1ではない」と言われ続けて、位置取りで相手の選択肢を減らすことや腕で相手を弾き出すことをやり始めました。

選手それぞれがいろいろなことを考えて、それぞれのコツを身につけていかないと選手としては生き残っていけないと感じています。そのためには身につけたい動きを意識するくせをつけることが重要だと思います。例えば「脚で、脚で、脚で」と意識しながら1対1の防御の練習を何度も反復したり…。そうすると、良かったことや悪かったことなど何かに気づきます。昨日までのコツとは違った感じが出てきたりもします。

4) 国内の選手が身につける必要のある3つの動き

1対1の防御の場面で守れるようになるには、ボールを持っている攻撃プレイヤーに対する3つの守り方を身につけておくべきだと思います。

1つ目はドリブルカットです。ハンドボールのディフェンスの目的は、オフェンスからボールを奪うことです。まずは「マイボールにする志向」を定着させることが大事だと思います。ドリブルカットはボールが（床から）跳ね上がる瞬間を狙うといいと思います。相手がドリブルした瞬間に、相手の懐に体を入れてボールから近いほうの手でカットします。相手との距離が遠いままだとなかなかカットは成功しないと思います。

2つ目は相手を弾き出すやり方です。ハンドボールのディフェンスは1人ではなく組織で守っているので、自分に与えられたエリアを確実に守ることができるようになる必要があります。そのためには、最初からフリースローを取りにいくような腕の使い方ではなく、自分のエリアに入ってきた相手を腕を使って弾き出すやり方を身につけないといけないと思います。

3つ目はフリースローの取り方です。ここで大事なことはフリースローを取ることではなく、相手の体を止めに行くことではなく、ボールの動きを止めることを覚えるということです。そうしないと、相手の体を捕まえに行くようになってしまっただけで、上半身に頼った守り方を覚えてしまいます。相手が持っているボールを押さえながら、相手に対して密着し続けることができるような守り方を身につけたほうがいいと思います。ボールをコントロール

ールされる余裕を攻撃プレイヤーに与えてしまうと、ちょっとした隙間を使って動かされてしまっ、警告や退場になることもあるんです。

(4) 青戸あかね氏のテキスト

1) けん制のねらいとやり方

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。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(図24)。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。右バックのシュート力やフェイント力を判断して、けん制をしなくても1対1を守れる相手の場合はしません。また、右バックよりもセンターのほうがシュート力やフェイント力がある場合もしません。そのときは7mくらいの位置で構えて、センターのカットインを防ぐことができる位置を取っていました。

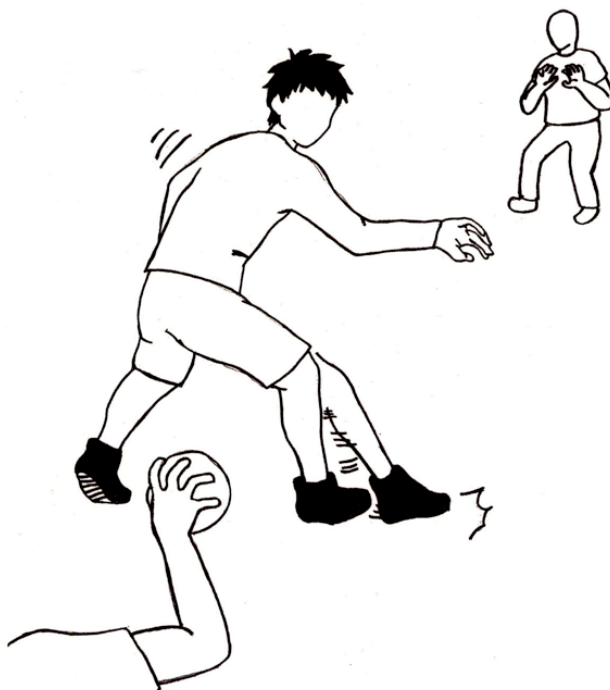


図 24 けん制のイメージ (青戸氏)

2) 相手のシュートやフェイントへの対応

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（右バックに対して半身正面の位置）を取ってボールがフリーにならないようにします。相手の正面に入ってしまうと、ボールがフリーになってしまうので、すぐにシュートを打たれてしまうんです。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にヒザを軽く曲げて、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えます（図 25）。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。ここで大事なことは相手よりも先に動かないことです。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対応します。

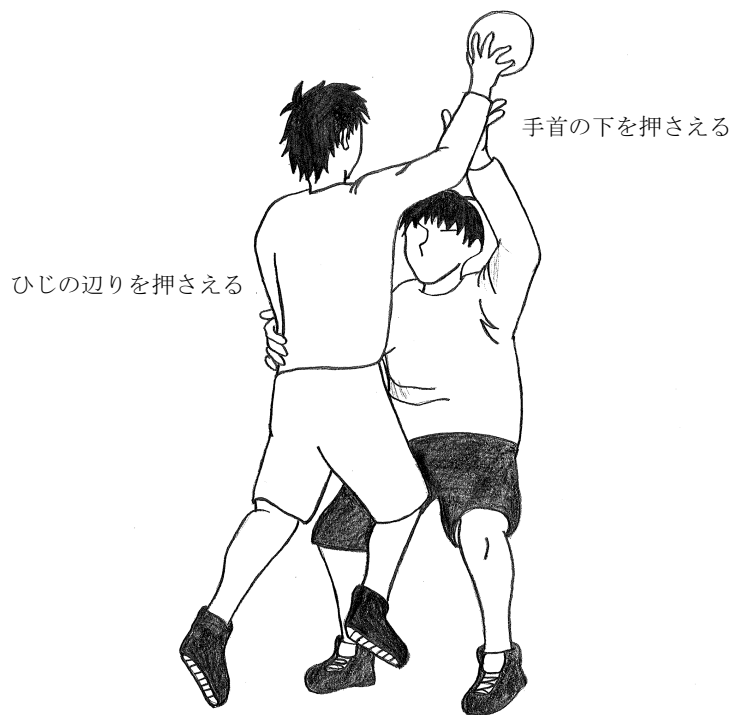


図 25 シュートへの対応のイメージ（青戸氏）

3) 相手に対する接触のやり方

相手に接触するときには半身正面の位置を取ります。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くんです。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ッ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 26）。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。

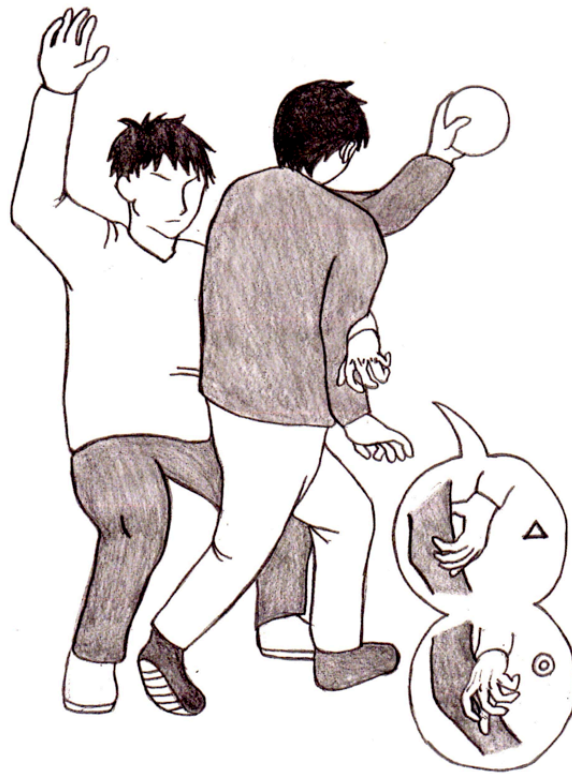


図 26 半身抜かれたときの対応（青戸氏）

4) 動きのコツの獲得過程

1対1の防御のコツをつかむ前は、とにかく一生懸命やるとか、ただ相手の正面に入るというような感じで守っていました。大学4年生でハーフディフェンスをしたときには、「ボールに寄りながら守れ」という指導をされていたので、オフザボールのときには7m～8mくらいの高さでボールが動いた方向に自分も動いて、マークする攻撃プレイヤーがボールを持ったときにとりあえず相手の正面に入るというようなディフェンスをしていました。相手チームや自チームの選手の位置を確認するようなことはしてなかったと思います。また、この頃はけん制を使うこともほとんどなかったので、マークする攻撃プレイヤーが主導の守り方だったように思います。

ハーフディフェンスを本格的にやり始めたのはイズミに入ってからです。当時は、「マークする攻撃プレイヤーのスピードが落ちるからけん制をしなさい」と監督やコーチから言われているから、ただけん制をしていました。けん制をやり始めてすぐの頃は、ボールを持っている攻撃プレイヤーのことだけを見てしまい、前に進みすぎて私の下スペースが広がってしまったり、出しているほうの脚と腕が伸びすぎて次の動きに移るまでに時間

がかかり過ぎたりしていたので、マークする攻撃プレイヤーに私の裏側からそのスペースに走り込まれることが多かったです。

1対1防御のコツをつかんだのは25歳くらいのときです。当時の全日本のコーチをされていた東江さんから、相手と接触するときには相手のひじを押さえておけば半身抜かれたときの対応がしやすいことや、サイドステップのやり方とかを教えてもらったんです。2対2, 3対3, 6対6などの練習をしているときに、マークする攻撃プレイヤーの突破を阻止するためのいろいろなアドバイスをもらって、その内容を自分で意識しながら練習することがコツ獲得につながったと思います。

また、イズミでハーフディフェンスの1対1の練習をするときに、イム・オギョンさんとオ・ソンオクさん以外を相手にするときは、腕を後に組んでフットワークだけで守っていました。腕が使えない状態なので、相手をよく見ることを覚えました。右目でボールを持っている攻撃プレイヤーやコート全体を見て、左目の端っこくらいにマークする攻撃プレイヤーを入れる感じです。これができるようになった頃から、マークする攻撃プレイヤーの走りこむスピードをゆるめたり、その相手がどっちに突破を試みてきてもサイドステップについていけるようになったと思います。別の練習としては、ゴールエリアラインとフリースローラインの真ん中の位置に立って、サイドラインの方を向いて行う1対1もしていました。攻撃プレイヤーが左右どちらかに突破してくるのに対して、ゴールエリアラインかフリースローラインの外まで押し込んだり、途中でフリースローを取って守ります。この練習は、自分の隣の防御プレイヤーがフォローできるまでの距離（左1.5m, 右1.5mくらい）の目安を覚えることが目的でした。

5) 国内の選手にオフザボールとオンザボールの動きの指導をするときのポイント

私が選手に1対1を指導するときには、オフザボールでは、けん制をしてマークする攻撃プレイヤーの走り込むスピードを落とすことを教えます。オンザボールでは、ボールを潰すこと、相手と近い間合いを作れたら接触してフリースローを取ること、相手との距離があるときは相手の（フェイク後の）1歩目は見て、2歩目が動く頃からサイドステップについていくことを教えます。私自身が実践していたやり方よりもワンタイミング遅く動き出させるんです。そうすると、相手の上半身の動きにだまされずに1対1を守れるようになります。

今の子どもたちは、理論的に説明したら動き方を理解してくれることが多いです。だから、例えばマークする攻撃プレイヤーに接触するやり方を指導するとき、「相手のお腹を

押さえにいったらスイングフェイントとかをされたら対応できないけど、相手のひじに自分の腕を置いていたら急に切り返されてもフックがかかるから対応できるよ」というように説明します。それを頭で理解して、どんどん反復することでコツが生まれてくるんじゃないでしょうか。

(5) 山口修氏のテクスト

1) センターが 9m ラインよりも高い位置でプレーするときの対応

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自分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んです。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 27)。



図 27 防御プレイヤーとゴールキーパーの協力関係（山口氏）

2) センターが 9m ラインの中でプレーするときの対応

オフザボールで前に詰め出したときにセンターのボールのもらい方を見て、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、歩幅の大きなクロス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、カカカッと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はしていました（図 28）。

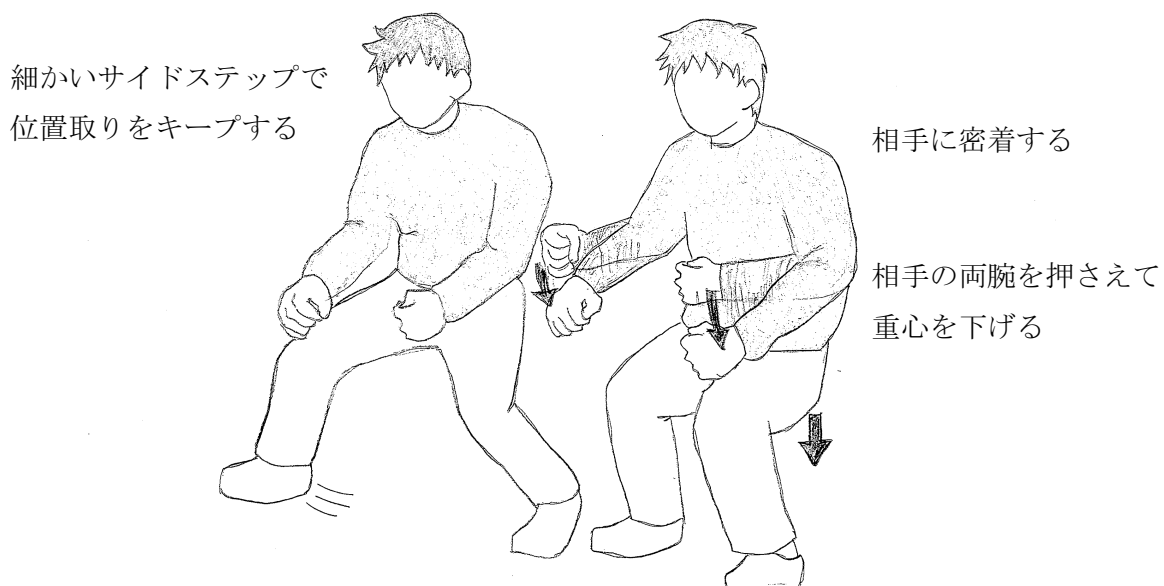


図 28 相手に密着しながらサイドステップで位置取りをキープするイメージ（山口氏）

3) 動きのコツの獲得過程

大学生のときは、点を取られないために必死になってディフェンスをやっていました。1対1であれば、自分の前に来た攻撃プレイヤーにはとにかく強くコンタクトして、絶対にシュートを打たせないというイメージでやっていたので、相手がどんなボールのもらい方をしてもしっかりと強く接触してフリースローを取れるように守っていました。運動量もかなり多かったと思います。

私がチームに入った頃の湧永の6-0防御では、ポストが両センターディフェンスの間にいるときにボールを持ったセンターが突破を狙ってきた場合、どちらかのセンターディフェンスがはっきりと前に詰めて、フリースローを取り攻撃を中断させるか、センターがパスをするまで隣のセンターディフェンスとチェンジをしない守り方をやっていました。当時よく練習していたのは、「センターとポストに対する真ん中の2対2」と「ボールなしの1対1」です。この2つの練習をやり始めた頃は、どんな状況でも自分から攻撃プレイヤーに突っかかっていくような感じで守っていました。相手の動きすべてにいちいち反応していたと思います。相手の利き腕側に突破されることが多かったので、先輩たちから「いい位置取ってるのに、アウトのフェイクに簡単に動くから利き腕側抜かれる」とか、「相手より先に動くな」、「相手が動いてから追っていけばいい」というようなアドバイスをよくもらっていましたが、最初はその意味が全く分からなかったんです。

5月にあった大崎電気との試合で、右利きのセンターが私に1対1を仕掛けてきた場面がありました。そのセンターが左腕側に1歩踏み出してフェイクしてきたときに、相手の利き腕側に位置取りをして自分の両足は動かさずに、体重だけそちらに少し移動させるような感じで構えていたんです。そしたら、相手が勝手に利き腕側に切り返してきてくれてチャージングが取れたんです。「ボールを持った相手より先に動かない」ということを1対1の練習中からずっと頭に置いていたんですが、そのとき初めてその意味に気づきました。上半身だけはアウトに動く準備をしていたのを、相手は「フェイントに引っかかった」と勘違いしたんだと思います。その試合中に相手が同じようなプレーを何度かしてきて、その度にチャージングが取れたのを覚えています。センターの非利き腕側へのフェイクに対して足が簡単に動かなくなった、我慢ができるようになったんだと思います。

「センターとポストに対する真ん中の2対2」では、フリースローを○回取ったら次の練習に移ることができるというルールがありました。そのせいか、1対1の場面ではフリースローを取って攻撃を中断させる意識を強く持つようになりました。だから、センターが9mラインよりも中に入ってきてそうなどきなどに、歩幅の大きなクロスステップで前に詰めて相手に密着する動きも身につけることができたと思います。また、私が前に詰めて構えているときに、センターがドリブルをしながらフェイクし始める瞬間を探っているようなケースもあります。そのような場合でも、前に詰めて守ることを自然と覚えました。攻撃プレイヤーは止まった状態でドリブルをしている場合、ボールが手に返ってこないし次に動けません。だから、構えているときには相手の腕を中心にして全体を見ていて、ドリブルした瞬間に元々いた位置からガンッと前に詰めてフリースローを取りにいけます。上手な攻撃プレイヤーでも、手からボールが離れているときは意外と慌てるので、ドリブルミスをしてくれてマイボールにすることもできます。

また、現役のときによく見ていたのは、スウェーデン代表の6-0防御と自分が出場している試合の映像の2つです。それらを見るときには、防御プレイヤーが1対1を守ったり突破されたりした瞬間ではなくて、オフザボールやオンザボールのときにどういう動きをしていたかに注意していました。オフザボールでは首の動きやフォローに入っている位置などから、マークする攻撃プレイヤーの位置を確認できているかどうかを見るのがポイントです。どんなに優れた選手でもボールばかり見ていると、そっちに寄り過ぎて自分がマークする攻撃プレイヤーを外すことにつながるんです。オンザボールでは「センターの利き腕側に立っているか」、「利き腕側の脚が前に出ているか」などをチェックしていました。

元スウェーデン代表のビスランデルやリンドグレンといった一流の防御プレイヤーでさえも、1対1を突破されたときはその前の構えや位置取りや間合いに問題があるんです。試合の映像を見るときには、その防御プレイヤーが1対1を守ったり突破されたりした理由を自分の中で確認するといいいと思います。

4) 推奨される国内の選手に対する1対1防御の指導

選手に1対1の防御を指導するときにはまず教えるのは構えですね。いつ、どこにでも動けるようにどちらかの脚を前に出しておくこと、上からや横からのシュート、フェイントに対応できるように胸辺りの高さに手を置いておくことなどです。また、身長の高い防御プレイヤーに多いのは、腰が折れた状態で構えてしまうことです。これでは良いディフェンスができるようにならないので、体幹をピッと立てることを意識させます。その後、オフザボールのときに3人のバックプレイヤーたちの動きを見て次のプレーを予測することや、オンザボールで相手のフェイントやシュートに対する守り方を教えていきます。

1対1をしっかり守る力がつけば、2対2や3対3はより楽に守れるようになると思います。ゲームの中で1対1を上手く守るためには、隣の防御プレイヤーへのフォローの意識が高まり過ぎないことが重要です。そうでないと、オンザボールになった瞬間にしっかりした位置取りと間合いで相手に対する準備ができないんです。だから、隣の防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーに対して良い位置を取れる指示を出す声が必要になります。例えば、ロングシュートが得意な左バックに対して高めに位置を取らせたり、ボールを持っていない左バックが位置取りをスッと変えたときにそれを知らせたりする声です。ハンドボールのディフェンスは個人ではなくチームでやっているのだから、味方と協力しながら1対1を守ることを覚える必要があると思います。

4. 考察

(1) 突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造（研究課題2-1）

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。例えば、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ない状況では、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する動き、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。そして、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て、マークする攻撃プレイヤー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、「体の左半分に着いた位置」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、「歩幅の

大きなクロスステップ」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になる…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、卓越した防御プレイヤーは、マークする攻撃プレイ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イ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。例えば「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、卓越した防御プレイ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イ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

攻撃プレイ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イ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，p.110）。しかし、ボールを保持する前にあらかじめ防御プレイ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イヤーによる接触を避けたり、防御プレイヤーによるパスインターセプトを避けなければならない、勢いを持ってボールを受ける助走が行えない。卓越した防御プレイヤーは、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。

卓越した防御プレイヤーはけん制の動きを利用し、マークする攻撃プレイヤーのボールをもらう前の動きに対応して心理的・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イ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

攻撃プレイヤーは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イ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イヤーは、まず、攻撃プレイ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イヤーが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「自分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、利き腕側の位置で…（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イヤーに対しては、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イ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、卓越した防御プレイヤーは、マークする攻撃プレイヤーがボールをキャッチして止まったときに、攻撃プレイヤーにいつでも接触できる間合い、攻撃プレイ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ただけ」(青戸氏)となり、マークする攻撃プレイヤーに対して、フェイントをして防御プレイ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、卓越した防御プレイヤーは、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…腕で弾き出す」(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イヤーは、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 防御戦術力の構造

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，卓越した防御プレイヤーによる攻撃プレイヤーの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イ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，卓越した防御プレイ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イ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，即興的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）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，卓越した防御プレイヤーが実践している「マークする攻撃プレイヤー中心の位置取り，またはボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心への位置取りの変化」，「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ることが分かった。これは卓越した防御プレイヤーは、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イ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、卓越した防御プレイ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（図29）。

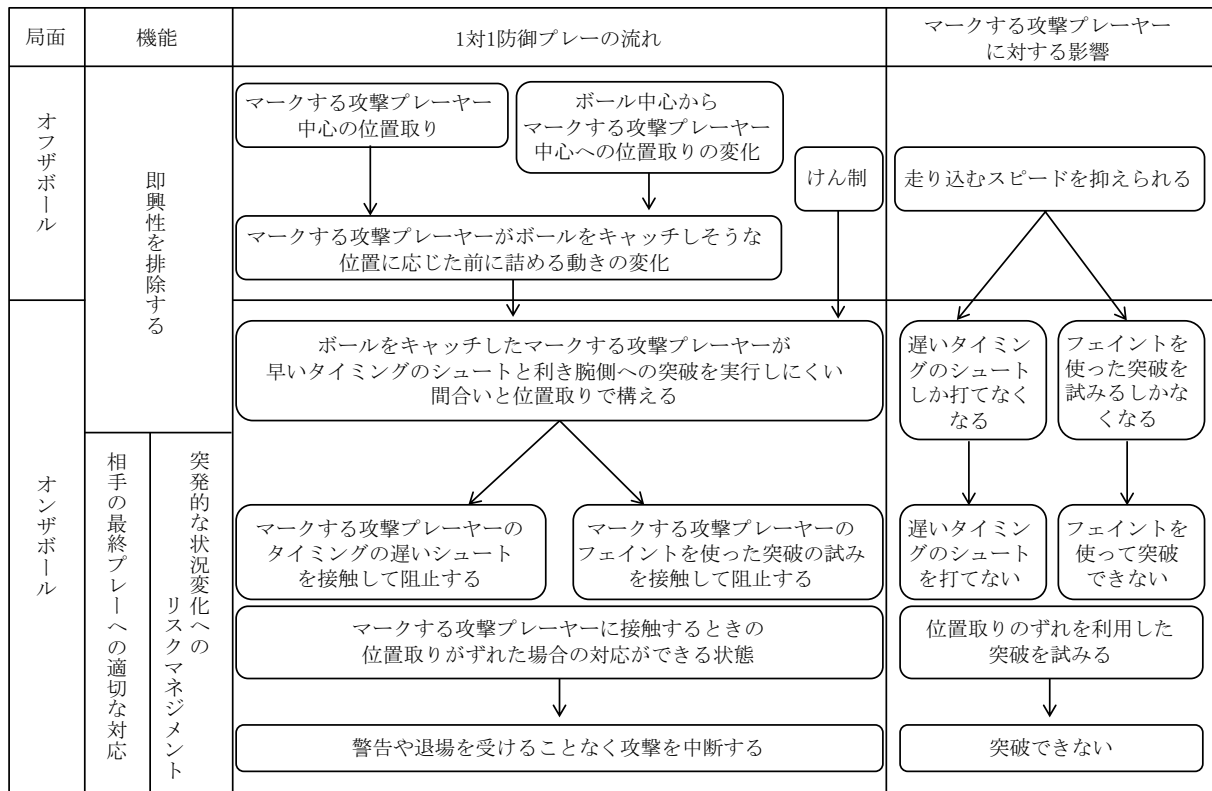


図29 突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造

(2) 実践知の獲得過程と国内の選手に対する指導の要点（研究課題2-2）

1) オフザボールのコツをつかむ前の選手の特徴と指導の問題点

青戸氏は、動きのコツをつかむ前のオフザボールにおける自身の動きについて、「7m～8m くらいの高さでボールが動いた方向に自分も動いて…相手チームや自チームの選手的位置を確認するようなことはしてなかった」と語っている。また、山口氏は「ボールばか

り見ていると、そっちに寄り過ぎて自分がマークする攻撃プレイヤーを外すことにつながる」と語っている。これらのことと、卓越した個人戦術力を獲得する前の選手は、自らの動作そのものを意識し、相手の意図を探れない状況に陥っている（會田，2017，p.134）

ことを考え合わせると、攻撃プレイヤーの1対1の突破をうまく阻止することができない防御プレイヤーは、オフザボールにおいて知らず知らずのうちにボールが動いた方向に寄ってしまっていること、さらにそのボールを保持している攻撃プレイヤーの動きを見ることが自体に意識が向いてしまっていると考えられる。そのため「相手のボールをキャッチしようとしている姿勢や目の動き」（坂元氏）から、相手がボールをキャッチしそうな位置を探ることができずに、「位置取りを少しずつ変化」（佐藤氏）させられないため、オンザボールになった瞬間に適切な防御プレーができない位置取りのずれを生んでしまうのである。

「オフザボールのときの状況認知のやり方とか位置取りを少しずつ変化させることを覚えたのは、大同特殊鋼や全日本に入ってから」（佐藤氏）、「20歳～22歳の頃に、マークする攻撃プレイヤーに対して前に詰め始めるタイミングのコツをつかみました」（坂元氏）という語りから、対象者がオフザボールにおける動きのコツを獲得したのは、20歳を過ぎてからであること、ハンドボール競技を始めて5年から10年が経過してからのことであることがわかる。ハンドボールにおける卓越したセンタープレイヤーが1対1の突破の場面において、状況に応じていくつかのフェイントを使い分けられるようになったのが26歳くらいであったこと（會田・富本，2012）や、ハンドボール選手の競技力が最も高くなる年齢は22歳から26歳である（ボンパ，2006，p.26）ことを考え合わせると、本研究の対象者がその頃に、1対1防御におけるオフザボールの局面において、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関係に応じて、位置取りをボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心に変化させたり、マークする攻撃プレイヤー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できるようになったことは妥当なことと考えられる。しかし、佐藤氏が高校生のおきによく受けた、1対1防御に関するアドバイスは「ボールを持った攻撃プレイヤーに対して前に出て守れ。」であり、ディフェンスピストンの練習においても「自分のマークする攻撃プレイヤーにボールが入ったら前に詰めて…」という動きを繰り返していたと語っている。また、青戸氏が大学4年生で受けたオフザボールに関する指導は「ボールに寄りながら守れ」であった。これらのことを、坂元氏は20歳から22歳の頃に「パサーの姿勢や目の動き…相手のボールをキャッチしようとしている姿勢や目の動きを観察して」、「詰める方向や距離、どちらの脚を前に出したほ

うが有効かなどを考え、「『このタイミングで…相手にボールが入るな』というときに詰め始めます」などのポイントを押さえながら1対1防御の練習を繰り返していたことと比べると、佐藤氏と青戸氏が高校生や大学生のときに受けた指導には、周囲の状況を把握するにはどこを注意して見るのか、いつ前に詰め始めるのか、どのように詰めるのか、どこまで詰めるのかという、「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」（船木・會田，2016）ための手がかりがないのは明らかである。そのような1対1防御の練習を繰り返しても、「7m～8m くらいの高さでボールが動いた方向に自分も動いて…マークする攻撃プレイヤーが主導の守り方」（青戸氏）を選手が覚えてしまうだけで、オフザボールにおける有効な防御プレーは身につかないと考えられる。

2) 選手がオフザボールにおける位置取りの変化を習得するための要点

ヨーロッパでは、競技力の高い15歳～16歳の選手に対して、防御プレイヤーの対応を考慮したシュートバリエーションの習得を目的とした攻撃のトレーニングが段階的に行われている（山田，2011，p.104）。また、18歳～22歳頃の球技選手に対するトレーニングの特徴は、ポジション独自の訓練によって個人の専門的な技術・戦術のレパートリーを完成させ、増やしていくことである（シュテラーほか，1993，p.113）。このことと、不適切あるいは正しくない学習によって技術の改善や熟達は遅れる（ボンパ，2006，p.52）ことを考え合わせると、中学生や高校生の時期にどのような1対1防御のやり方を身につけるのかは、その選手が将来的にさまざまな状況に応じた柔軟な1対1防御を実践できるようになるのか、どのポジションでプレーすることができるようになるのかを左右する非常に重要なことであると考えられる。

ハンガリーにおける1対1防御に関する一貫指導では、まずマンツーマンの状況で、その後攻撃プレイヤーとの距離が1～4m、5～10mの状況というように、オフザボールとオンザボールそれぞれにおける相手との距離に応じた適切な動きを選手ができるようになるための段階的な指導が行われている（ネメシュ・會田，2012）。またドイツにおいても、コート全面またはセンターライン付近でのマンツーマンディフェンス、次に9mライン付近でのマンツーマンディフェンス、そして1-5防御隊形によるゾーンディフェンスというように、自陣のゴールから離れた位置における防御プレーから自陣のゴールに近い位置における防御プレーを、選手に対して段階的に指導している（中山・會田，2016）。つまり、ハンドボール強豪国における指導の中で育つ選手たちは、まずマンツーマンディフェンス

の中で、その後、マンツーマンディフェンスやゾーンディフェンスおよびそれらの組み合わせの中で、1対1防御プレーを習得しているのである。個人戦術のトレーニングの目的は、選手に戦術の知識を与え、それをを用いて1人の相手、やがては複数の相手との攻防の状況を解決できるようにすることである（シュテラーほか、1993、p.63）。これらのことを考え合わせると、国内の選手に対する1対1防御の指導では、まず、攻撃プレーヤーとのマンツーマンの状況、すなわちオフザボールにおいて味方の防御プレーヤーへのフォローの意識を持たせずに、マークする攻撃プレーヤー中心の1対1防御プレーを行いやすいトレーニングをするべきである。その後、複数人の相手攻撃プレーヤーとの攻防の中で、味方防御プレーヤーとコンビネーションを取りながら、オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる1対1防御プレーを行うトレーニングをするべきである。

佐藤（2011）は、基礎的な知識や技能は反復練習のドリルによる習得ではなく、経験をとおして機能的に習得されるべきであると述べている。そのため、マークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーの指導においては、例えば坂元氏が実践していたような、「防御プレーヤーがボールを持った状態で…相手と向かい合って、その相手にパスをしながら前に詰め始めて1対1を守る練習」や「防御プレーヤーの後ろから攻撃プレーヤーにパスが出る1対1の練習」に取り組ませる中で、選手にオフザボールにおいて「マークする攻撃プレーヤーの位置を確認できている」（山口氏）状態で、「相手の…姿勢や目の動きを観察」（坂元氏）しながら防御プレーを行わせることが有効であると考えられる。また坂元氏は、これらの練習を繰り返しながら、1対1防御のコツをつかむ前は「（オフザボールで）いつ詰め始めたらいいか…わからなかった」状態であったのが、コツをつかんでからは「『このタイミングでマークする相手にボールが入るな』というときに詰め始められるようになっていた。つまり、「オンザボールになった瞬間にしっかりした位置取りと間合いで相手に対する準備」（山口氏）ができる、適切なタイミングで前に詰め始められるようになったのである。これらのことを考え合わせると、オフザボールにおけるマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを選手に指導するときには、相手の位置、姿勢、目の動きなどが前に詰め始めるタイミングを決める手がかりになることを示し、相手がボールをキャッチするタイミングを測れるようになること、相手がボールをキャッチするときに適切な位置取りと間合いで構えることが可能なタイミングで前に詰め始められるようになることを習得させることが重要である。

青戸氏は「相手をよく見ること…右目でボールを持っている攻撃プレイヤーやコート全体…左目の端っこくらいにマークする攻撃プレイヤーを入れる感じ」をつかんだことで、また坂元氏は「ボールを持っている人をよく観察していると…最後にはちらっとパスする相手を見るっていうことがわかった」ことで、それぞれ「相手がどっちに突破を試みてきてもサイドステップでついていけるようになった」(青戸氏),「ボールを保持している攻撃プレイヤーと私がマークしている攻撃プレイヤーそれぞれの動きから、前に詰め始めるタイミングを変化させられるようになった」(坂元氏)と語っている。また坂元氏は、このコツを獲得する過程において、「2対2, 3対3, 4対4の練習で隣の人とのコンビネーションを取ることを繰り返している。これらのことは、ボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを指導する場合、その選手を含めて2人以上の防御プレイヤーと同数以上の攻撃プレイヤーがいる状況の練習を行い、ボールを保持している攻撃プレイヤーとマークする攻撃プレイヤーの動きを同時に観察できるようになること、ボールを保持している攻撃プレイヤーのパスする相手を探す動きを起点として、位置取りをボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心に変化させられるようになることを選手に習得させる必要があることを示している。

さらに山口氏は、2対2や3対3の攻防を行う中で選手は「味方と協力しながら1対1を守ることを覚える」と語っている。具体的には「ロングシュートが得意な左バックに対して高めに位置を取らせたり」しながら、「隣の防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーに対して良い位置を取れる指示」を出すことで、自分自身の「隣の防御プレイヤーへのフォローの意識が高まりすぎない」ようにすることである。つまり、オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーの習得に向けて、選手は最終的に、味方の防御プレイヤーに対して、対峙している相手の特徴にうまく対応するために必要な具体的な指示を出すことで、自らがなるべく味方の防御プレイヤーをフォローする必要がなく、マークする攻撃プレイヤーに対して注意を向けやすく前に詰め始めやすい状況をコントロールできるようになる必要がある。

3) オンザボールのコツをつかむ前の選手の特徴

動きのコツをつかむ前のオンザボールにおける防御プレーについて、坂元氏は「力づくで…相手を捕まえることに必死でした」、山口氏は「どんな状況でも自分から攻撃プレイヤーに突っかかっていくような感じ…相手の動きすべてにいちいち反応していた」、永島氏は「相手にいくらスピードがあってもパワーで押さえてやろう」、青戸氏は「とにかく一生懸

命…ただ相手の正面に入るといような感じ」とそれぞれ語っている。また、防御プレーの結果について、「接触はしているけど相手に半身抜かれている場合でも腕の力で引っ張って守ろうとする…警告や退場をすることも多かった」（坂元氏）、「相手の利き腕側に突破されることが多かった」（山口氏）とそれぞれ振り返っている。対象者のこれらのような語りから、頻繁にマークする攻撃プレイヤーの利き腕や非利き腕側へ突破されたり、明らかにボールではなく相手の身体を狙った行為（財団法人日本ハンドボール協会、2010、p.29）を繰り返し、警告や退場の処分を受けてしまったりすることの多い防御プレイヤーは、1対1の突破の試みを阻止するために、オンザボールにおけるマークする攻撃プレイヤーとの間合いや位置取りに関係なく、相手を追いかけて強引につかまえることを志向していると考えられる。

4) 選手がオンザボールのコツをつかむきっかけと指導の要点

山口氏は試合の中で初めて攻撃プレイヤーからチャージングを獲得した場面について、「センターが左腕側に1歩踏み出してフェイクしてきたときに、相手の利き腕側に位置取りをして自分の両足は動かさずに、体重だけそちらに少し移動させるような感じで構えていた…そしたら、相手が勝手に利き腕側に切り返してきてくれて…」と語っている。さらに、その動きを覚えた要因について「『ボールを持った相手より先に動かない』ということ」を1対1の練習中からずっと頭に置いていた」と語っている。また、佐藤氏は「前に出てガシッと相手を押さえる間合いを作る動き」を覚えることができた要因として、「先輩に『ボールを持った攻撃プレイヤーに対して前に出て守れ.』とアドバイスを受け…それをずっと頭に置きながら、前に出て守ることを忠実に繰り返してた…そうすると…相手をファッて、なんか守れちゃった」ことをあげている。これらのことは、山口氏であれば、マークする攻撃プレイヤーがフェイクを使って位置取りのずれを作ろうとしてきても、相手の利き腕側への位置取りを維持しようとし続けたこと、佐藤氏であれば、マークする攻撃プレイヤーを押さえることができる間合いを作ろうとし続けたことを、それぞれ一定期間続けたことが相手の突破の試みを阻止することにつながったことを示している。つまり、選手がオンザボールにおける防御プレーのコツをつかむには、「マークする攻撃プレイヤーを追いかけて強引につかまえる」ではなく、「マークする攻撃プレイヤーの利き腕側の位置取りをし続ける」や「マークする攻撃プレイヤーとの間合いを詰める」という志向で相手の突破の試みを阻止しようとするを繰り返すことが重要である。そして、相手の最終プレーに対して適切に対応する体験をとoshi、オンザボールにおけるマークする攻撃プレイヤーの

利き腕側への位置取りや、マークする攻撃プレイヤーとの間合いを詰めることの有効性を
知ることである。

そのような中で、青戸氏はフリースローを取る場面について「相手と近い間合いを作れたら…」、マークする攻撃プレイヤーの動きにサイドステップでついていく場面について「相手との距離があるとき」と述べている。さらに永島氏は、「自分に与えられたエリアを確実に守ることができるようになる」ために「相手を腕を使って弾き出すやり方」を、「ボールの動きを止める」ために「フリースローの取り方」をそれぞれ習得しなければならないと述べている。これらのことを、コーチからもらった1対1防御に関するアドバイスの内容を、青戸氏は「自分で意識しながら練習することがコツ獲得につながった」と語っていること、また永島氏は、防御プレーのコツを身につけるために選手は、「身につけたい動きを意識するくせをつけることが重要…例えば『脚で、脚で、脚で』と意識しながら1対1の防御の練習を何度も反復」と語っていることと考え合わせると、1対1防御における接触を伴うオンザボールの動きの指導では、マークする攻撃プレイヤーとの間合いに応じた適切な接触のやり方と1対1防御プレーの結果との関わりを選手に示すこと、そして、選手がそれらの内容を意識しながら1対1防御を繰り返す練習を実践させることが重要であると考えられる。

5. 要約

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、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する、1対1防御の指導の要点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、まず研究課題2-1として、国際レベルで活躍した経験を持つ5名の防御プレイヤーを対象にインタビュー調査を行い、突破阻止に有効な1対1防御戦術力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. 卓越した防御プレイヤーは、1対1防御のオフザボール時には、状況に応じて位置取りをマークする攻撃プレイヤー中心、またはボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心に変化させ、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的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。

さらに研究課題 2-2 として、上述した対象者の動きのコツを獲得した過程やその経験をもとに推奨する 1 対 1 防御に関する指導についての語りを質的に分析した。結果は以下の通りである。

1. 国内の選手に対するオフザボールに関する 1 対 1 防御の指導では、まず味方の防御プレーヤーへのフォローの意識を持たせずにマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを行うトレーニング、その後、味方防御プレーヤーとのコンビネーションの中でボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを行うトレーニングを順番に実践する。
2. オフザボールにおけるマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを選手に指導する場合、相手の位置、姿勢、目の動きなどが前に詰め始めるタイミングを決める手がかりになることを示し、相手がボールをキャッチするタイミングを測れるようになること、相手がボールをキャッチするときに適切な位置取りと間合いで構えることが可能なタイミングで前に詰め始められるようになることを習得させることが重要である。
3. オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを選手に指導する場合、ボールを保持している攻撃プレーヤーとマークする攻撃プレーヤーの動きを同時に観察できるようになること、ボールを保持している攻撃プレーヤーのパスする相手を探す動きを起点として、位置取りをボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心に変化させられるようになることを習得させることが重要である。
4. オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを習得する過程において、選手は最終的に、味方の防御プレーヤーに対して、対峙している相手の特徴にうまく対応するために必要な具

体的な指示を出すことで、自らがなるべく味方の防御プレイヤーをフォローする必要がなく、マークする攻撃プレイヤーに対して注意を向けやすく前に詰めやすい状況をコントロールできるようになる必要がある。

5. 選手がオンザボールにおける防御プレーのコツをつかむには、「相手をおいかけて強引につかまえる」ではなく、「相手の利き腕側の位置取りをし続ける」や「相手との間合いを詰める」という志向で突破の試みを阻止しようとすることを繰り返すことである。そして、相手の最終プレーに適切に対応する体験をとおり、オンザボールにおけるマークする攻撃プレイヤーの利き腕側への位置取りや、マークする攻撃プレイヤーとの間合いを詰めることの有効性を知ることである。
6. 1対1防御における接触を伴うオンザボールの動きの指導では、選手にマークする攻撃プレイヤーとの間合いに応じた適切な接触のやり方と1対1防御プレーの結果との関わりを示し、選手がそれらの内容を意識しながら1対1防御を繰り返す練習を实践させることが重要である。

卓越したハンドボール選手における個人戦術に関する実践知の構造から得られた知見は、コーチングの実践現場で求められており、今後の選手養成における目標像になる（會田，2012）。そのため、今回対象とした5名の防御プレイヤーから得られた主観的な情報は、今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手が1対1防御プレーに関する新しい動きを覚えたり、その動きをよりよくするためのトレーニング場面において、「相手の走り込みのスピードを殺すことができるけん制」や「腕を使って利き腕側への突破を狙ってきた相手を弾き出す」というように、「マークする攻撃プレイヤーの1対1の突破の試みに対して、オフザボールやオンザボールそれぞれにおいて、どんなプレーができるようになればそれを阻止できるのか」を示す内容である。

それらの選手に対して1対1防御の指導をするときには、まずオフザボールにおけるマークする攻撃プレイヤー中心の防御プレーを行わせる中で、相手がボールをキャッチするときに適切な位置取りと間合いで構えることが可能なタイミングで前に詰め始められるようになることを習得させる必要がある。次にボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを行わせる中で、位置取りをボール中心からマークする攻撃プレイヤー中心に変化させるタイミングを習得させること、最終的には、なるべく味方の防御プレイヤーをフォローする必要がなく、マークする攻撃プレイヤーに

対して注意を向けやすく前に詰めやすい状況のコントロールを習得させる必要があることが明らかになった。

また、オンザボールの指導においては、「相手の利き腕側の位置取りをし続ける」や「相手との間合いを詰める」という志向で突破の試みを阻止しようとすることを繰り返させ、マークする攻撃プレイヤーの利き腕側への位置取りや、マークする攻撃プレイヤーとの間合いを詰めることの有効性を知ってもらうこと、マークする攻撃プレイヤーとの間合いに応じた適切な接触のやり方と1対1防御プレーの結果との関わりを選手に示し、選手がそれらの内容を意識しながら1対1防御を繰り返す練習を実践させることが重要であることが明らかになった。

第4章 終章

1. 結論

ハンドボールのゲームでは、相手チームによる失点数を自チームの得点数より1点でも少なくすれば勝利を収めることができる。また、セットディフェンスとセットオフenseが対峙する攻防局面がゲームの勝敗に大きく影響すること、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から、チームの競技力向上のためには、それぞれの防御プレイヤーがマークしている攻撃プレイヤーとの1対1の場面において、突破されない個人戦術を身につけることが重要である。

また、日本国内におけるハンドボールの指導者は、選手の1対1防御力の養成に関心があるにも関わらず、これまでの1対1防御プレーに関する先行研究や指導書を調べると、日本国内の選手に対する1対1防御プレーの目標像や課題は明らかになっていない。さらに、中学生、高校生、大学生など、今後さらなる競技力向上が見込まれる年代にある選手の1対1防御に関する個人戦術力向上のためには、突破阻止に有効な1対1防御の指導の要点を明らかにする必要がある。

そこで本研究では、以下の2つの課題を設定し、1対1防御プレーに関する記述的パフォーマンス分析と一流選手の持っている1対1防御の動きのコツなどに関する語りを質的に分析することで、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手の1対1防御に関する個人戦術力向上のための有効な指導に役立つ知見をコーチングの実践現場に提供することとした。

研究課題1：セットディフェンスにおける突破阻止に有効な1対1防御プレー（第2章）

研究課題1の目的は、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて、実際のゲームでみられるプレーを検討し、ハンドボールのセットディフェンスにおいて、突破阻止に有効な1対1防御プレーについて明らかにすることであった。なお、コーチが選手に対して効果的な指導を行うためには、指導する選手のレベルに応じた適切な指導内容が準備されなければならないため、まず、異なる3つの競技レベルの防御プレイヤーの1対1防御プレーを分析し、そこから得られた結果を横断的な視点で比較検討した。次に、いずれのレベルに

においても見られる共通の特徴，各レベルにおける特有の特徴を明らかにした．その結果，以下の結論が得られた．

1. セットディフェンスにおける突破阻止に有効な 1 対 1 防御プレー方法は，オンザボール時における積極的かつ前に詰めて攻撃プレーヤーの活動を制限する身体接触を伴ったプレー，オフザボール時においては世界レベルの防御プレーヤーが実践していた 6m ラインから 9m ラインの間を動くプレー，マークする攻撃プレーヤーに注意を向けるプレー，前に詰めるプレーである．
2. 日本国内の選手の 1 対 1 防御プレーにおける突破阻止の成功率を上げるためには，オンザボール時にどのように積極的防御を行うのかに関する指導の指針を明確にしたり，オフザボール時にマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーができるようになるための具体的なプレーの方法を検討することが必要である．

研究課題 2-1: セットディフェンスにおける突破阻止に有効な 1 対 1 防御戦術力の構造 (第 3 章)

研究課題 2-2: 今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する 1 対 1 防御の指導の要点 (第 3 章)

研究課題 2 の目的は，中学生，高校生，大学生など，今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手に対する，1 対 1 防御の指導の要点を明らかにすることであった．そのために，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，動きのコツの獲得過程，推奨される 1 対 1 防御の指導についてインタビュー調査を行い，突破阻止に有効な 1 対 1 防御戦術力の構造，実践知の獲得過程と 1 対 1 防御の指導の要点を質的に検討した．その結果，以下の結論が得られた．

研究課題 2-1

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には，状況に応じて位置取りをマークする攻撃プレーヤー中心，またはボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心に変化させ，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的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。

研究課題 2-2

1. 国内の選手に対するオフザボールに関する 1 対 1 防御の指導では、まず味方の防御プレーヤーへのフォローの意識を持たせずにマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを行うトレーニング、その後、味方防御プレーヤーとのコンビネーションの中でボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを行うトレーニングを順番に実践する。
2. オフザボールにおけるマークする攻撃プレーヤー中心の防御プレーを選手に指導する場合、相手の位置、姿勢、目の動きなどが前に詰め始めるタイミングを決める手がかりになることを示し、相手がボールをキャッチするタイミングを測れるようになること、相手がボールをキャッチするときに適切な位置取りと間合いで構えることが可能なタイミングで前に詰め始められるようになることを習得させることが重要である。
3. オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを選手に指導する場合、ボールを保持している攻撃プレーヤーとマークする攻撃プレーヤーの動きを同時に観察できるようになること、ボールを保持している攻撃プレーヤーのパスする相手を探す動きを起点として、位置取りをボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心に変化させられるようになることを習得させることが重要である。
4. オフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを習得する過程において、選手は最終的に、味方の防御プレーヤーに対して、対峙している相手の特徴にうまく対応するために必要な具体的な指示を出すことで、自らがなるべく味方の防御プレーヤーをフォローする必

要がなく、マークする攻撃プレイヤーに対して注意を向けやすく前に詰めやすい状況をコントロールできるようになる必要がある。

5. 選手がオンザボールにおける防御プレーのコツをつかむには、「相手をおいかけて強引につかまえる」ではなく、「相手の利き腕側の位置取りをし続ける」や「相手との間合いを詰める」という志向で突破の試みを阻止しようとすることを繰り返すことである。そして、相手の最終プレーに適切に対応する体験をとおり、オンザボールにおけるマークする攻撃プレイヤーの利き腕側への位置取りや、マークする攻撃プレイヤーとの間合いを詰めることの有効性を知ることである。
6. 1対1防御における接触を伴うオンザボールの動きの指導では、選手にマークする攻撃プレイヤーとの間合いに応じた適切な接触のやり方と1対1防御プレーの結果との関わりを示し、選手がそれらの内容を意識しながら1対1防御を繰り返す練習を实践させることが重要である。

2. 実践現場への提言

本研究で得られた知見をもとに、日本国内のハンドボール選手の1対1防御に関する個人戦術力向上への提言を示す。

まず、研究課題1における分析結果から、1対1防御における突破阻止の成功率は世界レベル(60.9%)が日本レベル(48.3%)や大学レベル(46.7%)に比べて高かった。今回研究対象とした日本レベルや大学レベルのチームには、多くの日本代表や世代別日本代表選手がそれぞれ所属している。そのため、この結果は現在の日本トップレベルにいる選手の1対1防御に関する個人戦術力は世界トップレベルの選手に比べて不十分であることを示している。さらに、突破阻止の割合の違いから、世界レベルにおける試合の1対1場面では防御プレイヤーが優位であるが、日本国内の試合の1対1場面では攻撃プレイヤーが優位であり、1対1攻防プレーに関する様相が海外と国内では異なっていることがわかる。近年の世界選手権において、日本代表チームが上位進出できていないことを考え合わせれば、日本国内で見られる1対1攻防プレーの習熟度は世界レベルに比べて低いことは明らかであり、将来日本代表として、世界と戦うことを目標としている選手にとって目指すべき姿とは言い切れない現状である。そのため、本研究で明らかになった、世界レベルの選手の突破阻止に有効なオフザボール時およびオンザボール時の1対1防御プレーの特徴は、

日本代表チームはもちろん、将来的に日本代表を目指す国内の選手が世界レベルを目標とした1対1防御のトレーニングを繰り返すための指標になると考えられる。

次に、卓越した防御プレーヤーが獲得した実践知をどのようにコーチングの実践現場に生かすことができるかについての示唆を示す。

研究課題 2-1 において、卓越した 5 名の選手が実践している 1 対 1 防御プレーは、オフザボール中やオンザボールになった瞬間の即興性を排除するプレー、オンザボール中の相手の最終プレーに対する適切な対応と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こと、さらに、オフザボール中の「状況に応じた位置取りの変化」、「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」がオンザボールになった瞬間の「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」防御プレーの前提として機能していることを明らかにした。これらのことは、選手はボールを受けようとしている相手の走り込むスピードや体勢などから、オンザボールにおいて実行したい攻撃プレーを予測することができ、オフザボールにおける位置取りと前に詰める動きの変化、けん制に習熟していくことで、オンザボールにおいて相手の突破の試みに適切に対応しやすくなっていくことを示していると考えられる。つまり、オフザボールにおけるマークする攻撃プレーヤーのねらいを察知する戦術的思考力と、フットワーク・ハンドワークといった技術力が身についてくると、「マークする攻撃プレーヤーがボールを保持したら自分の手が届く範囲まで前に詰めることで、ドリブルカットやシュートブロックをできる」（高野，2008）、「相手に接触してその相手の動きを止める，相手がドリブルをした場合はボールから近いほうの手でドリブルカットする，相手にシュートを打たれる場合には両腕を揃えてシュートブロックをする」（酒巻，2012，pp.156-162；酒巻，2016，pp.148-154）ことを実現しやすくなり，相手の1対1の突破の試みを阻止できるようになってくると考えられる。

研究課題 2-2 において、選手がオフザボールにおけるボール中心からマークする攻撃プレーヤー中心の位置取りに動きを変化させる防御プレーを習得する過程では、オフザボール中に味方防御プレーヤーに指示を出し、マークする攻撃プレーヤーに対して注意を向けやすく前に詰めやすい状況をコントロールできるようになることが必要であることを明らかにした。會田（2017，p.135）は、個々の選手の個人戦術力の総体を大きくするためには、状況の見え方や解決像をグループまたはチームのメンバー間で共有することが必要

であること、またそうすることで、相手選手の行為や意図に意識を向け、適切に対応したり状況を先取ることが可能になると述べている。これらのことは、選手がマークする攻撃プレイヤーの1対1の突破の試みを阻止できるようになるためには、「1対1防御とは味方防御プレイヤーとの協働である」ということを認識する必要があることを示していると考えられる。すなわち、「自らの1対1防御の結果は、オフザボールにおける、味方防御プレイヤーがボールを保持した相手に対して行う行為とその結果の影響を受ける」ため、「オフザボールにおいて、味方防御プレイヤーとともにボールを保持している攻撃プレイヤーに有利な状況を作らせない」ことをそれぞれの選手が理解しなければならないのである。

これらのことから、日本国内の選手に対する1対1防御の指導では、選手のオフザボールにおける課題を明確にしながらトレーニングを実践させる必要があるのではないだろうか。例えば、坂元氏が行っていたような、防御プレイヤーの後ろから攻撃プレイヤーにパスが出る1対1防御において、攻撃プレイヤーの走り込む位置やスピードを予め決めておき、それに対してどのように前に詰めることでオンザボールにおいて突破阻止しやすくなるのかを体験させたり、青戸氏が行っていたような腕が使えない制限を加えた1対1防御において、攻防を行うスペースを狭く限定し、フットワークのみで相手をエリアの外に追い出すことができるけん制を体験させてみたりする。その後、山口氏が推奨していたような2対2や3対3の攻防において、味方防御プレイヤーが対峙している攻撃プレイヤーに対する位置取りに関する指示を出しながら、オフザボールにおける自分の注意をマークする攻撃プレイヤーに向けやすくして、自分にとって有利な状況を作ることを体験させる。

以上のようなトレーニングを、選手のできることでできないことを見極めた上で組み合わせることが、早い段階において選手がオフザボールの動きの重要性についての理解することにつながる。そして、選手が1対1防御におけるオンザボールの適切な対応を実践できることにつながると考えられる。

3. 今後の課題

本研究では、日本国内において今後さらなる競技力向上が見込まれる年代の選手の1対1防御に関する個人戦術力向上に役立つ知見をコーチングの実践現場に提供することを目的として、まず、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて、異なる3つのレベルの防御プレイヤーの1対1防御プレーを比較検討し、突破阻止に有効な1対1防御プレーを明ら

かにした。次に、卓越した防御プレイヤーに1対1の突破阻止に関するインタビュー調査を行い、突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造、実践知の獲得過程と有効な指導内容を質的に検討した。

研究課題1においては、世界レベル、日本レベル、大学レベルの防御プレイヤーを対象に分析を進めた。今後、記述的ゲームパフォーマンス分析を用いて、中学生や高校生の選手の1対1防御プレーの様相を明らかにすること、また、本研究で対象とした世界レベルや日本レベルの選手の1対1防御プレーとの共通点や相違点を明らかにすることで、5年後や10年後に日本代表として、世界と戦う可能性のある選手は今、1対1防御の場面において何ができて何ができないのかについての具体的な知見を得られると考えられる。

さらに、今回明らかにした突破阻止に有効な1対1防御戦術力の構造や突破阻止に有効な1対1防御の指導の要点を基に、日本国内の選手に向けたトレーニングを開発すること、そして実際に選手を対象としてトレーニングを実施し、その効果を検証することで、日本国内における選手の1対1防御の個人戦術力向上に役立つより効果的な指導法を得られると考えられる。

注

- 注1) ここでいう均衡とは、各攻撃プレイヤーが1人の防御プレイヤーによってマークされている状態（大西，1997）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、防御プレイヤーのマークを受けない（ノーマーク）攻撃プレイヤーを作り出すことを意味する。
- 注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。
- 注3) ここでは、防御プレイヤーの上体と頭の向きを観察し、どの攻撃プレイヤーに注意を向けているのかを判断した。したがって、「マークする攻撃プレイヤーからパサーへ」と「パサーからマークする攻撃プレイヤーへ」では、局面内において、注意を向けている攻撃プレイヤーが移り変わっていることを示す。

引用文献

- 阿部直人監修（2013）部活で大活躍できる！ハンドボール最強のポイント 50. メイツ出版：東京，pp.78-83.
- 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（1994）ボールゲームにおける戦術の発達に関する研究. スポーツ運動学研究，7：25-32.
- 會田宏（2006）個人戦術. (社)日本体育学会監，最新スポーツ科学事典. 平凡社：東京，p.179.
- 會田宏（2007）国際レベルで活躍したゴールキーパーの動きのコツに関する事例研究. ハンドボール研究，9：69-74.
- 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：国際レベルで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（1）：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して-. 平成23年度筑波大学大学院博士論文.
- 會田宏（2017）戦術トレーニング. 日本コーチング学会編，コーチング学への招待. 大修館書店：東京.
- 會田宏（2019）球技における戦術力. 日本コーチング学会編，球技のコーチング学. 大修館書店：東京.
- 會田宏・富本栄次（2012）卓越したセンタープレイヤーにおける1：1の突破に関する動きのコツ. ハンドボールリサーチ，1：17-23.
- 明石光史・橋本智成・小林桂・田中守（2008）ハンドボールゲームにおける個人貢献度評価に関する研究. ハンドボール研究，10：91-98.
- 秋田喜代美・能智正博監（2007）はじめての質的研究法教育・学習編. 東京図書：東京，p.9.

- 秋田喜代美・能智正博監 (2008) はじめての質的研究法臨床・社会編. 東京図書：東京.
- 朝岡正雄 (2019) 指導者のためのスポーツ運動学. 大修館書店：東京, p.48.
- Balint, E. (2012) An analysis of the performantial defense behavior of the top three male handball teams in comparison to the Romanian team in the world championships, Sweden, 2011. *Palestrica of the third millennium civilization and sport* 13(4) : 333-338.
- ボンパ (2006) 競技力向上のトレーニング戦略. 大修館書店：東京.
- 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.
- Clanton, E. R. and Dwight, P. M. (1997) Team handball:step to success. Canada : *Human Kinetics* : 61-66.
- 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.
- エーレット：會田宏訳 (2003) 1995年世界選手権におけるドイツの攻撃構想-攻撃のきっかけとフォローのプレイの可能性-. 笹倉清則監, *Tactics of Handball in The World*. 文伸：東京, pp.246-250.
- 江成元伸 (1980) ハンドボールにおける攻撃展開に関する一考察. 日本体育学会大会号, 31 : 585.
- 遠藤愛 (2006) テニスのグランドストローク局面における後ろ脚技術の習得に関するトレーニング効果. *体育学研究*, 51 (6) : 801-815.
- European Handball Federation. *HANDBALL ACTIVITIES : Grassroot Toolkit : Basic Handball*.<http://activities.eurohandball.com/hb4all/content/2BasicHB/IndividualDefence.pdf>, (accessed 2013-07-01).
- 船木浩斗・會田宏 (2014) 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：卓越した防御プレイヤーの語りを手がかりに. *ハンドボールリサーチ*, 3 : 1-8.
- 船木浩斗・會田宏 (2016) 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-. *コーチング学研究*, 30 (1) : 43-54.
- グリフィン・ミッチェル・オスリン：高橋健夫・岡出美則監訳 (1999) ボール運動の指導プログラム-楽しい戦術学習の進め方. 大修館書店：東京, p.198.
- Gruko, K. , Bodasiński, S. , Bodasińska, A. and Zieliński, J. (2018) Offensive and

defensive play in handball in a 2-year world championship cycle: characteristics and tendencies. Polish journal of sport and tourism 25(3) : 10-16.

へベル：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.

原田雅子（2011）熟練外来看護師のやりがい獲得の過程に潜在する実践知の可視化。日本看護科学会誌，31（2）：69-78.

平子大喜・船木浩斗・渡邊丈真（2017）ハンドボール競技におけるサイドシュート動作指導に関する質的研究の一例-国内一流指導者の語りを手がかりに-。中京大学体育学論叢，57：49-58.

平本恵介・山田永子・會田宏（2019）男子ハンドボール日本ユース代表および日本代表における攻撃の特徴：ノルウェーとスロヴェニアとの比較から。ハンドボールリサーチ，8：55-63.

ホーレ：水上一・土井秀和訳（1985）スポーツ新シリーズ 16 ハンドボール。不昧堂出版：東京，p.65.

International Handball Federation. Teaching Handball at school-English : Handball At School:Teachingmaterial.http://www.ihf.info/files/Uploads/Documents/10285_Booklet_en.pdf, (accessed 2013-07-01).

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.

笠井恵雄・平岡秀雄（1977）ハンドボールの防御に関する実験的研究-予測について-。東海大学紀要体育学部，7：139-145.

川上整司・渡辺慶寿・大塚文雄（1990）シリーズ絵で見るスポーツ⑨ハンドボール。ベースボールマガジン社：東京，p.39.

河村レイ子・大西武三・水上一（1986）ハンドボールの攻撃システムに関する研究-右側ポジションでの利き腕の違い-。筑波大学体育科学系運動学類運動学研究，2：49-54.

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.

小俣貴洋・吉兼練・會田宏（2019）ハンドボール競技における育成年代のゲームパフォーマンスの特徴：小学生から大学生までの全国トップレベルの試合を対象に。ハンドボー

- ルリサーチ, 8 : 21-31.
- クンスト : 中村一夫訳 (1981) ハンドボールの技術と戦術. ベースボールマガジン社 : 東京.
- 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.
- 栗山雅倫・平岡秀雄 (2008) 個人戦術的能力評価に関する考察-ハンドボール競技、防御局面に着目して-. 東海大学スポーツ医科学雑誌, 20 : 15-21.
- Madinger, J. (2018) Training of defensive and semi-offensive cooperative defense strategies for handball teams. Germany : German National Library : 1-9.
- 榎敏夫・柳井文治・青木操・岡村久・増田雅夫・古富博・佐倉弘之甫 (1987) ハンドボール. 一橋出版 : 東京, pp.51-56.
- 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.
- 松井幸嗣・辻昇一 (2010) 試合で大活躍できる！ハンドボール上達のコツ 50. メイツ出版 : 東京, pp.102-107.
- 松木優也・會田宏 (2012) ハンドボールにおける積極的及び予測的防御の特徴. ハンドボールリサーチ, 1 : 1-7.
- 松本浩司 (2014) 実践知・技術知としての教育学. 名古屋学院大学論集社会科学篇, 50 (4) : 87-106.
- 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.
- 宮崎大輔 (2010) ハンドボールパーフェクトマスター. 新星出版社 : 東京, pp.114-125.
- 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-セットオフフェンスでの戦術-. 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.
- 村上陽一郎編 (1981) 技術思想の変遷. 朝倉書店 : 東京, p.14.
- 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 (2) : 263-277.

- 武藤隆・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.
- 長野大・水上一・河村レイ子・會田宏 (2010) 最終依存率と最終成功率から選手を評価する試み. ハンドボール研究, 12 : 126-130.
- 中川昭 (2011) ラグビーにおける記述的ゲームパフォーマンス分析を用いた研究. 筑波大学体育科学系紀要, 34 : 1-16.
- 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.
- 中原麻衣子・山田永子・藤本元・會田宏 (2015) ハンドボール競技におけるセンタープレイヤーの攻撃プレーの特徴:国内大学女子トップレベル選手を対象に. ハンドボールリサーチ, 4 : 1-10.
- 中山雅雄・浅井武 (2009) サッカープレイ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 (2) : 343-353.
- 中山紗織・會田宏訳 (2016) ドイツにおける子どものハンドボール実施規則. 公益財団法人日本ハンドボール協会:東京.
- 中山紗織・會田宏 (2019) 小学生年代のハンドボールにおける「個の育成」を目指したルールの下での選手育成活動について:日本とドイツのトップチームを比較して. 体育学研究, 64 (1) : 285-301.
- ネメシュ ローランド・會田宏 (2012) ハンガリーにおけるハンドボールの一貫指導システム:7歳から12歳までの指導プログラムに着目して. ハンドボールリサーチ, 1 : 31-39.
- 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 (2) : 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.
- 大西武三・水上一・河村レイ子 (1989) ボールゲームにおける対応動作に関する研究-ハンドボールを例として-. 筑波大学体育科学系運動学類運動学研究, 5 : 73-79.
- 大西武三 (1997) ハンドボールのゲームにおける局面の構成について. 筑波大学体育科学系紀要, 20 : 95-103.

- 大西武三 (2003) フランスの防御システムについて. *Tactics of Handball in The World*. 文伸 : 東京, pp.254-257.
- 大高敏弘・吉田健司・内山治樹 (2007) バスケットボールのハーフコート・オフenseにおけるディフェンス戦術について. *大学体育研究*, 29 : 1-11.
- ライル : 坂本百大・宮下治子・服部裕幸訳 (1987) 心の概念. *みすず書房* : 東京, pp.27-33.
- 西條剛央 (2008) ライブ講義・質的研究とは何か SCQRM アドバンス編. *新曜社* : 東京, pp.102-109.
- 酒巻清治 (2012) 基本が身につくハンドボール練習メニュー200. *池田書店* : 東京.
- 酒巻清治 (2016) パーフェクトレッスンブックハンドボール基本と戦術. *実業之日本社* : 東京.
- 佐藤学 (2011) 学力を問い直す. *岩波書店* : 東京, pp.42-43.
- 佐藤徹 (2018) 現象学的スポーツ運動観察論. *大学教育出版* : 岡山, p.251.
- 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.
- シュペーテ : 池田修訳 (2003) 2001年フランス世界選手権大会の傾向. 笹倉清則監, *Tactics of Handball in The World*. 文伸 : 東京, pp.405-415.
- 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 (1993) ボールゲーム指導事典. *大修館書店* : 東京.
- 杉森弘幸 (1998) ハンドボールのゲーム観察に関する一考察 (1). *岐阜大学教育学部研究報告 (自然科学)*, 22 (2) : 23-31.
- 杉森弘幸・大西武三・水上一・河村レイ子 (1991) ハンドボールのミスプレーに関する一考察. *筑波大学運動学研究*, 7 : 93-96.
- 杉村和美 (2004) 事例研究. 武藤隆・やまだようこ・南博文・麻生武・サトウタツヤ編 質的心理学創造的に活用するコツ. *新曜社* : 東京, pp.169-174.
- 鈴木宏哉・西嶋尚彦 (2002) サッカーゲームにおける攻撃技能の因果構造. *体育学研究*, 47 (6) : 547-567.
- 高橋仁大・前田明・西菌秀嗣・倉田博 (2006) テニスのゲームを取るために重要なカウント. *体育学研究*, 51 (1) : 61-69.

- 高野亮 (2008) 図解コーチハンドボール. 成美堂出版: 東京, pp.74-80.
- 瀧井敏郎 (1989) ゲームの運動観察-サッカーにおける写真によるゲームの運動観察-. スポーツ運動学研究, 2: 23-24.
- 谷本直美 (2017) 小学校音楽科における熟練教師の授業を支える実践知について. 桐蔭論叢, 36: 119-126.
- 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.
- 渡辺慶寿・大西武三・川上整司 (1990) スポーツ Q&A シリーズ実戦ハンドボール. 大修館書店: 東京, pp.126-128.
- Yamada,E.,Aida,H.andNakagawa,A. (2011) Notational analysis of shooting play in the middle area by world-class players and Japanese elite players in women's handball. International journal of sport and health science, 9: 15-25.
- 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 年筑波大学大学院博士論文.
- 山田永子・ネメシュ ローランド・藤本元 (2013) 女子ハンドボール競技におけるバックコートプレーヤーのシュートプレー: 世界トップレベルと日本選手の比較検討. ハンドボールリサーチ, 2: 21-29.
- 山田盛朗・山田永子 (2016) ハンドボール競技における右バックコートプレイヤーの 1 対 1 の突破プレー-右利きと左利きの特徴に着目して-. いばらき健康・スポーツ科学, 32: 25-33.
- 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, p.19.
- やまだようこ・麻生武・サトウタツヤ・能智正博・秋田喜代美・矢守克也編 (2013) 質的心理学ハンドブック. 新曜社: 東京.

- 八坂昭仁・青柳領・倉石平・野寺和彦（2017）バスケットボールのゲームにおいてショットの成否に影響する諸要因．コーチング学研究，30（2）：179-192.
- 吉兼練・加納明帆・ネメシュ ローランド・會田宏（2016）ハンドボール女子「2020ターゲットエイジ」における攻撃の現状と課題．ハンドボールリサーチ，5：1-12.
- 財団法人日本ハンドボール協会（1992）地域・競技力向上指導者 C 級用ハンドボール指導教本．大修館書店：東京．
- 財団法人日本ハンドボール協会編（2004）NTS2004 ナショナル・トレーニング・システム-U-12 トレーニング指針-．財団法人日本ハンドボール協会：東京，p.28.
- 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．財団法人日本ハンドボール協会：東京．
- 財団法人日本ハンドボール協会（2010）ハンドボール競技規則 2010 年版．財団法人日本ハンドボール協会：東京．
- 財団法人日本ハンドボール協会編（2011）ハンドボール指導教本 NTS2011．財団法人日本ハンドボール協会：東京，pp.17-25.
- 財団法人日本ハンドボール協会編（2012）ハンドボールナショナルトレーニングシステム NTS2012．財団法人日本ハンドボール協会：東京，p.18.

謝辞

本論文の執筆にあたり、筑波大学体育系教授 會田宏先生には、主査としてあたたかいご指導をいただきました。研究者としてハンドボールに関わり、コーチング現場に向けた新しい知を創造していくことが、とても魅力的であることを教えていただきました。また、筑波大学体育系教授 淺井武先生、同助教 山田永子先生、学習院大学スポーツ・健康科学センター准教授 北崎悦子先生には、副査として論文の完成に向けた建設的な助言を多くいただきました。深く感謝いたします。

私は 2002 年 4 月に筑波大学に入学して以来、多くの先生からご指導をいただけてきました。筑波大学名誉教授 大西武三先生には、選手・指導者としてハンドボールに真剣に取り組む姿勢を、元筑波大学体育系教授 河村レイ子先生には、指導者が持つ選手の将来に対する責任の重さを、元筑波大学体育科学系教授 故水上一先生には、ハンドボールというチームスポーツに指導者として関わることの魅力をそれぞれ教えていただきました。心よりお礼申し上げます。

元瓊浦高等学校教諭 新井善文先生と東海林（旧姓：檜山）祐子先生、瓊浦高等学校教諭 末岡政広先生には、筑波大学へと導いていただきました。また、私自身が抱えている課題から目を逸らさず、やるべきことに粘り強く取り組むことができるようになったのも、長崎における 3 年間があったからだと確信しております。あらためて深く感謝いたします。

最後になりましたが、これまでの研究活動を応援し続けてくれた妻と両親に心より感謝いたします。本当にありがとうございました。

2021 年 3 月

船木 浩斗