

# ハンドボール競技における防御方法の一考察： 連続得点・失点時に着目して

## A Study on Defense Method in Handball Competition: Focus on Consecutive Scoring / Loss Points

キーワード：ステップワーク・身体接触・身体の向き・突破阻止

Keywords: Step work, Body contact, Body Orientation, Breakthrough prevention

八尾 泰寛

YAO Yasuhiro

### 1. 緒言

ハンドボール競技は、直接的な身体接触のある種目に位置し、サッカー、アイスホッケー、ラグビーなどと同様にゴール型の種目である。

ハンドボール競技のゲームは、20m×40mのコートの中で、7対7の計14名がコート内に入り乱れ、審判の判定の下で攻撃と防御を繰り返し、得点を競う競技である。

攻撃は、ボールの獲得から速攻 (Fast Break) と遅攻 (Set Offense) にわけられ、大西ら<sup>1) 2)</sup>は遅攻による得点が速攻を上回っていると報告し、その局面は個人プレー、チームプレーによって、均衡打破から空間的優位、数的有利な状況による多くのシュートチャンスを作ることは、勝敗に大きく影響する。

防御は、ボール喪失の瞬間からチームのすべてのプレイヤーは防御プレイヤーとなる。この活動は、チーム戦術の視点から、編成局面でマンツーマン防御と組織化局面によるシステム防御に区別される<sup>3)</sup>。システム防御を整えることは、ゴールキーパーが阻止可能なシュートを攻撃側に打たせること、攻撃側の規則違反やボール保持ミスなどによってボールを獲得することである。そのために、対戦相手の攻

撃方法の組立、展開局面を妨害、阻止すること。攻撃側の中心選手であるゲームコントロールする選手、得点力の高い選手など一人ひとりの特徴や役割をボール獲得のために分析し<sup>1)</sup>、チーム戦術の活動を発展、完成させるために、個人技術などの諸問題を解決する必要がある<sup>3)</sup>。

ハンドボール競技のゲームでは、セットディフェンスとセットオフenseが対峙する、組織化された攻防局面が勝敗に大きく影響することが示されている<sup>7)</sup>。このことで、連続得点をいかに多くし、連続失点をいかに少なくするかが重要となる。連続失点を許す要因として、技術的ミスが挙げられるが、バランスを失ったプレー姿勢、1つの技術実施中断から他への技術への継続、動きのリズムなどゲーム中に生じる諸状況によるものと考えられる。

そこで本研究では、第23回女子世界選手権2017(ドイツ大会)ハンドボールのSemifinalの2試合、Finalの1試合のビデオから連続得点時と連続失点時を取り上げ、攻撃のゆさぶりから突破局面の防御方法、ステップワーク、攻撃者との間合い、効果的な身体の向きに関するトレーニングの資料を得ることを目的とした。

## 2. 方法

対象試合は、第23回女子世界選手権2017(ドイツ大会)ハンドボールのSemifinalの2試合、Finalの1試合を分析の対象とした。分析項目は、分析にあたり試合全体像を明らかにするために、攻撃評価をスコア用紙に記入した。1)攻撃回数、2)得点数、3)シュート数、4)ミス数をカウントした。

連続得点、失点のゲーム様相については、IHF(国際ハンドボール連盟)の公式スコアシートからカウントし、攻撃側のゆさぶりから突破(シュート局面)における、防御時のステップワーク、身体接触の有無、図1の身体の向きを項目ごとに集計用紙に記入し、防御時の個人技術を明確にした。

文章中のポジションについては、図2に示した。

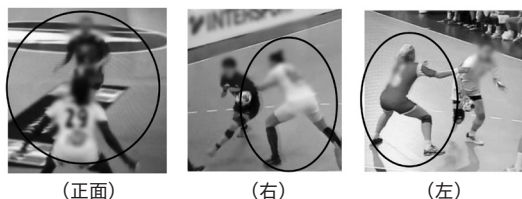


図1 防御者の身体の向きについて

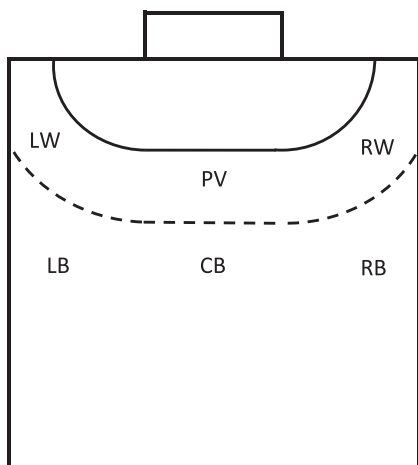


図2 攻撃時のポジショニング

## 3. 結果

第23回女子世界選手権2017(ドイツ大会)ハンドボールのSemifinal、Finalの全体における攻撃の全体評価を表1にまとめた。全体の攻撃回数は1試合あたり $49.8 \pm 4.3$ 回であった。シュート数は $37.8 \pm 4.3$ 本で、シュート到達率は75.9%であった。得点数は $24.2 \pm 4.0$ 点で、攻撃成功率は48.5%であった。ミス数は $12.0 \pm 1.3$ 回でミス率は24.1%であった。

勝者、敗者の比較では、勝者の1試合あたりの攻撃回数は $48.3 \pm 4.0$ 回であった。シュート数は $35.7 \pm 4.5$ 本、シュート到達率は73.8%であった。得点数は $26.3 \pm 4.9$ 点で、攻撃成功率は54.5%であった。ミス数は $12.6 \pm 0.6$ 回で、ミス率は26.2%であった。

一方の敗者では、1試合あたりの攻撃回数は $51.3 \pm 4.7$ 回であった。シュート数は $40.0 \pm 3.5$ 本、シュート到達率は77.9%であった。得点数は $22.0 \pm 1.0$ 点で、攻撃成功率は42.9%であった。ミス数は $11.3 \pm 1.5$ 回で、ミス率は22.1%であった。

表1 世界選手権大会攻撃割合(%)

	全体	勝者	敗者
攻撃回数(回)	$49.8 \pm 4.3$	$48.3 \pm 4.0$	$51.3 \pm 4.7$
シュート数(本)	$37.8 \pm 4.3$	$35.7 \pm 4.5$	$40.0 \pm 3.5$
シュート到達率(%)	75.9	73.8	77.9
得点数(点)	$24.2 \pm 4.0$	$26.3 \pm 4.9$	$22.0 \pm 1.0$
攻撃成功率(%)	48.5	54.5	42.9
ミス数(回)	$12.0 \pm 1.3$	$12.6 \pm 0.6$	$11.3 \pm 1.5$
ミス率(%)	24.1	26.2	22.1

防御時の攻撃方法を図3に示した。全体では1対1が42.1%、パラレルプレーの2対2が22.0%、クロスプレーの2対2が12.6%、バックプレーヤーと防御間に位置するポストプレーヤーの2対2が23.3%であった。連続得点時の1対1が43.3%、パラレルプレーの2対2が21.6%、クロスプレーの2対2が10.8%、バックプレーヤーと防御間に位置するポストプレーヤーの2対2が24.3%であった。連続失点時の1対1が41.1%、パラレルプレーの2対2が22.4%、クロスプレーの2対2が14.1%、バックプレーヤーと防御間に位置するポストプレーヤーの2対2が22.4%であった。

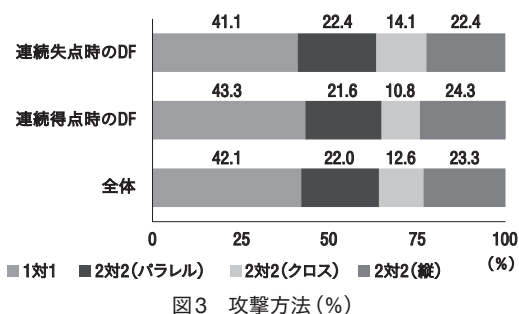


図3 攻撃方法 (%)

防御側のステップワークを図4に示した。全体のサイドステップが66.0%、クロスステップが34.0%であった。連続得点時の防御ステップワークは、サイドステップが78.4%、クロスステップが21.6%であった。連続失点時の防御ステップワークは、サイドステップが55.3%、クロスステップが44.7%であった。

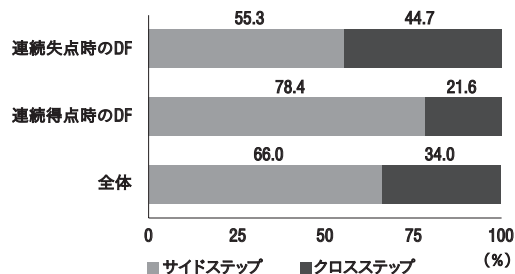


図4 防御時のステップワーク (%)

連続得点、失点時の防御における接触の有無を図5に示した。全体の攻撃者に対する接触は45.9%、非接触は54.1%であった。連続得点時の攻撃者に対する接触は51.4%、非接触が48.6%であった。連続失点時の攻撃者に対する接触は41.2%、非接触が58.8%であった。

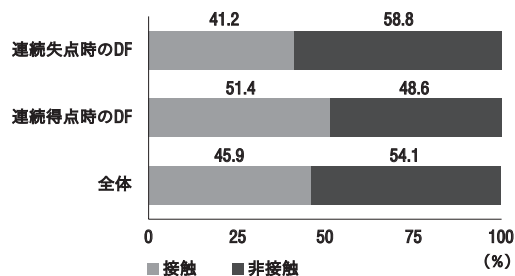


図5 防御時の接触・非接触 (%)

防御における身体の向きを図1、図6に示した。ゴールを背にした身体の向きは、全体の右側が31.4%、正面が36.5%、左側が32.1%であった。連続得点時の身体の向きは、右側が33.8%、正面が44.6%、左側が21.6%であった。連続失点時の身体の向きは、右側が29.4%、正面が29.4%、左側が41.2%であった。

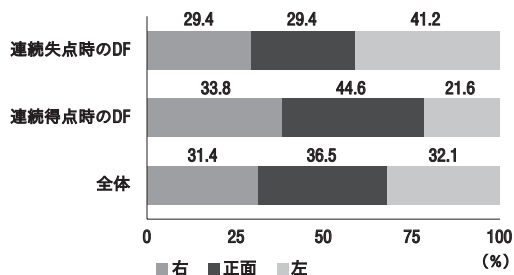


図6 防御時の身体の向き (%)

#### 4. 考察

第23回女子世界選手権2017(ドイツ大会)ハンドボールのSemifinal、Finalの1試合における攻撃回数は約30秒以上かけられ攻撃が行われていた。大西らは、遅攻では、ポジションの配置からパス回しで防御をゆさぶり、防御に対しての突破からシュート完了を目的として攻撃が組み立てられていると述べており<sup>2)</sup>、攻撃の約8割がシュートで完了している。勝者と敗者でみるとシュート到達率、ミス率で敗者が上回っているが、攻撃成功率では勝者が約6割と高いことで、確実に得点をあげるための攻撃が行われていることが推察できる。また、ミスプレーについて杉森らは、ミスがおきた局面について、突破の局面が一番多く、次にゆさぶりから突破の局面と述べている<sup>4)</sup>。防御側は攻撃者に対し、移動する方向を限定する。ボール保持者に接触することにより、身体のバランスを崩すことで、ボール保持ミスや突破を試みる際の規則違反ミス、シュートミスに繋がるのではないかと考えられる。失点をいかに少なくする、攻撃権を獲得するためには、この局面での攻撃ミスをおこさせる防御力の必要性が伺える。

防御時の攻撃方法では、連続得点、失点時も攻撃方法に差はなかった。攻撃の基本である1対1を

中心にバックプレーヤーと防御間に位置するポストプレーヤーとの2対2、攻撃中心選手同士のパラレルプレー、クロスプレーによる2対2で攻撃が行われていた。これは、ゆさぶりから数的均衡状況を打破するために、防御間の突破を目的に攻撃が展開されていることがわかる。大西らは、ゲームで比較的良好に現れ、成功率の高い突破として、防御との1対1となってからフェイントを使って割り込むもの<sup>5)</sup>、河村らは、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<sup>8)</sup>。2対2の攻撃の基本は、1人の防御者に対して複数で攻撃し、味方のプレーヤーが同じ意図を持って初めて攻撃は成功するとある<sup>6)</sup>。船木らは、世界レベルの防御力について、突破阻止の成功率は60.9%、日本レベル48.3%と報告している<sup>7)</sup>。防御の最大目標は攻撃を阻止することである。そのために、攻撃プレーヤーにシュートを打たれない。幅3mのゴールポストを防御者でいかに狭くし、突破の試みに対し、防御プレーヤーはステップワークを使って攻撃を寸断させ、攻撃が不利な状況でシュートを行わせる。また、ボールをインターセプトして攻撃へ移行するなどの防御力が必要性であることが伺える。

防御時のステップワークでは、連続得点時のサイドステップが78.4%、連続失点時のサイドステップが55.3%、クロスステップが44.7%であった。防御におけるステップワークは、速攻に対応したものと遅攻に対応したものがある<sup>6)</sup>。連続得点時は、遅攻に対する防御システムを組んでいることで、サイドステップが多用されている。ステップワークの特徴は、攻撃者を正面でマークでき、いつ方向を変えられても対応できるように細かいステップを踏むこと。クロスステップは、前後左右に素早く移動するときに多用されるが、ステップ幅によっては素早い方向転換ができないことで、世界トップレベルは、攻撃者に対し、サイドステップで突破を阻止し、無理な体勢でのシュートやミスさせようとする積極的防御方法が身についていることが示された。

連続得点、失点時の防御における接触の有無では、連続得点時の防御では接触が多く、連続失点時の防御では非接触が多かった。栗山は、攻撃プレーヤーについて、ボールを保持している間に、防

御プレーヤーとの間合いを近すぎないものにする必要があると述べ<sup>9)</sup>、水上らは、ミスプレーがおきた局面では、速攻が23.2%、遅攻が76.8%、遅攻でのゆさぶりから突破によるミスが55.8%であると報告している<sup>10)</sup>。世界トップレベルの選手は、防御において、ゴールエリアラインからフリースローラインの間で、マークする攻撃プレーヤーに注意を向け、ボール保持する位置を予測する<sup>7)</sup>。このことで、積極的な防御が可能となり、突破を阻止する、ミスをさせるための防御力が備わっていることがわかった。

防御におけるゴールを背にした身体の向きは、連続得点時の防御の向きは、正面が約5割で、連続失点時の防御の向きは、正面が約3割であった。

攻撃のポジショニングを図1に示したが、LW、LBはシュート角度から右利きが有利で、RB、RWは左利きが有利である。防御における位置は、相手のシュートを防げる位置、突破の動作に対応できる位置があげられる。船木らは、国際経験を積んだ選手の語りを報告し、攻撃者の利き腕側の脚が少し前に出て、力が入る足幅で左右の脚の中に攻撃者を入れ、捕まえるように接触すると報告している<sup>11)</sup>。このことから、連続失点時の防御におけるゴールを背にした身体の向きは、左・右の割合が多く、攻撃者に対し半身ずれた状況で、攻撃側が有利な局面であることが伺える。攻撃側の基本は、防御間を攻め、多くのシュートポイント、数的有利な条件を作り、確率の高いシュートを狙うことから、防御側は、攻撃プレーヤーの活動を制限可能な身体の向きと、身体接触により突破を許さないことが重要である。

## 5. まとめ

本研究では、第23回女子世界選手権2017(ドイツ大会)ハンドボールのSemifinalの2試合、Finalの1試合から試合全体像。連続得点、失点時における攻撃のゆさぶりから突破局面の防御側のステップワーク、攻撃者との接触の有無、身体の向きについて検討した。結果として以下の所見を得た。

(1) 攻撃側のゆさぶりから突破の局面での防御力強

化の必要性。

- (2) 防御の方法は、幅3mのゴールポストを防御プレーヤーでいかに狭くするステップワークを駆使し、攻撃の寸断、不利な状況でシュートを行わせること。
- (3) 連続得点時は、遅攻に対する防御システムを組んでいることで、世界トップレベルは、攻撃者を正面でマークでき、いつ方向を変えられても対応できるサイドステップが多用されていた。
- (4) 防御側は、攻撃プレーヤーの活動を制限可能な身体の向きと身体接触により突破を許さないことが重要である。
- (5) 連続失点時の防御における身体の向きは、攻撃者に対し半身ずれた状況であることから、防御方法は、攻撃プレーヤーに対し、正面にいかに入り、身体接触をする。

法に関する研究. 筑波大学体育学研究 (59) : pp. 329-343.

- 8) 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. 筑波大学体育科学系運動学類運動学研究 (2) : pp. 49-54.
- 9) 栗山雅倫(2006):個人戦術的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) : pp. 92-95.
- 10) 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. pp. 93-96.
- 11) 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ーヤーの語りを手がかりに—. コーチング学研究. 第30巻第1号. pp. 43-54.

#### 引用・参考文献

- 1) 山田永子(2011):わが国の女子ハンドボール競技におけるシュートプレーの問題点とその改善に関する研究. —ヨーロッパ強豪国との比較に基づいて—. 平成22年度筑波大学大学院博士論文.
- 2) 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.
- 3) G. シューラー・I. コンツァック・H. デブラー・唐木国彦監訳(1993):ボールゲーム指導辞典. ハンドボール. 大修館書店:東京. pp. 397-401.
- 4) 杉森弘幸・水上一・大西武三・川村レイ子(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第7巻: pp. 93-96.
- 5) 大西武三・江田昌佑・水上一・川村レイ子(1982):ハンドボールにおける1対1の突破に関する研究. 日本体育学会大会号(33): p. 616.
- 6) 公益財団法人日本ハンドボール協会(1992):ハンドボール指導教本. 大修館書店:東京. pp. 94-112.
- 7) 船木浩斗・會田宏(2014):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