

大学ハンドボールレベルの現状と課題

～中学生を対象として～

生涯スポーツゼミナール 1314015 勝又裕之

1. 研究動機・研究目的

日本のハンドボール競技は、男子では1988年のソウル大会以降、女子では1976年のモントリオール大会以降、オリンピックに出場できていない現状にある。そこで、なぜ日本ハンドボール界は強化案（一貫指導プログラム）を出しているにも関わらず、世界との差が埋まらないのかという疑問が湧いてくる。世界との差を埋めるには、現在実業団（プロ）選手のレベルに一番近い、大学生の競技力向上が必要不可欠である。そして、大学ハンドボールにおける競技力の向上には、ジュニア期（中学生）の指導を見直す必要がある。ジュニア期では、一貫指導プログラムに沿った指導を行うことで、大学ハンドボール界の競技力向上だけでなく、日本ハンドボール界の競技力向上につながると考える。

2. 研究方法

本研究は、中学校ハンドボール部の指導方法の調査、大学ハンドボール部に所属している、中学生時代ハンドボール部に所属していた部員にアンケート調査を行い、育成環境などの現状把握と目指すべき教育システムの改善提案を本研究の目的とする。そして、江戸川区立鹿骨中学校男子ハンドボール部、順天堂大学男子ハンドボール部へアンケート調査を行い、日本の一貫指導プログラムに即した指導がなされているのかなどの調査を行った。

3. 主な結果と考察

江戸川区立鹿骨中学校男子ハンドボールの練習時間は約2時間/日であり、準備体操、ストレッチ、ウォーミングアップ（フットワーク練習）、シュート練習、1対2・2対3の数的有利での練習、ゲーム（試合）と一貫指導プログラムに記述されている基本的な練習をこなしていた。コートが使えない場合は、男子高校生の試合鑑賞、自重での筋力トレーニング、階段ダッシュを行っている。また中学生の多くは日本一になることを目標としており、世界のハンドボールに対しての意識が低い結果となった。海外ハンドボールの映像は非常に個人レベルが高く、中学生にとって参考になるとは言えないが、海外ハンドボール選手の遊び心あるプレー（スピンシュート、ループシュート、ブラインドシュート）は参考になる点があると考えられる。遊び心のあるプレーを積極的にやってみることで、ハンドボールの面白さ、ハンドボールの難しさを十分に経験できる。中学生時代に基本的な技術を応用した、「個人技」を身につけることで、日本ハンドボール界のレベル向上にも繋がると考える。したがって、中学校の指導者は世界強豪国の試合を鑑賞させる、金銭的に問題はあるが他国のチームと練習試合を組むなど、「海外のハンドボール」を意識し、生徒の遊び心を刺激するような練習（ゼロ角度シュート練習、一回転シュート練習、スカイプレー練習）を行うことにより、練習・上達意欲の向上に繋がると考える。

順天堂大学男子ハンドボール部の練習時間は約2時間30分/日であり、準備体操、サッカー、ウォーミングアップ(サッカー、フットワーク練習など)、シュート練習、速攻練習、6対6のセット練習など、基本練習を軸とした応用練習を行っていた。各校のプレースタイルに関係なく、すでに近年前から一貫指導プログラムが浸透していたと考える。体力・スタミナに関して、フットワーク練習はすべての選手が練習を積み重ねており、具体的な記述が少ないにも関わらず、各学校の顧問が学び、考え実践していた。

4. 結論

現在のジュニア期の活動(中学校の部活動・クラブチーム)では、一貫指導プログラムに沿った指導が大まかなされており、世界強豪国との競技力の差を埋めようという志が見えた。特に精神面では学校教育現場でハンドボール活動を行っている事により、競技力向上よりも、人間・日本人としての礼儀を重んじて練習を行っていた。

目指すべき教育システムの改善提案として、総合型地域スポーツクラブを利用してハンドボール活動を行うことを提案する。これまでの学校教育を中心とした、我が国のスポーツシステムの場合、小・中・高と学校単位で輪切りにされて入ることによって、世界と戦うなどといった先(将来)を見据えた指導ではなく、全国大会優勝などといった目先の事にこだわり、将来のエースを「育てる」のではなく、現在のエースに「仕上げる」傾向が見られた。世界強豪国のハンドボール活動現場である総合型地域スポーツクラブでは、2歳ごとに分けたカテゴリーで指導していることから、個人の成長、身体的機能に合わせた指導が行いやすい。また、高校・大学でハンドボールから離れてしまった、優秀な選手が生徒に指導できるメリットがあり、様々な経験、新しいハンドボールの考えを、生徒に伝えることもできる。総合型地域スポーツクラブでの活動を増やしていくことで、2020年東京オリンピックや、その先のオリンピックで活躍できる選手を、「育てる」ことができると考える。

また、教育システムの改善提案として、中学生・高校生・大学生の合同練習を行うことも提案する。現在の部活動では、3つのカテゴリー同士の関係が乏しいため、上から下が、下から上が学ぶ機会がほとんどない。例えば、総合型地域スポーツクラブでは、カテゴリー同士の関係が密であり、刺激を受けやすい。部活動が根付き、総合型地域スポーツクラブの発展が厳しいのであれば、3つのカテゴリーを集め、月に一回程度合同練習を行うことで、基本的な技術を見直す、応用的な技術を肌で感じることができ、お互いの競技力向上に繋がると考える。順天堂大学では、「順天堂大学カップ」という大会を開き、高校生と大学生が試合をする機会を設けている。大学生が主体となり、中学生・高校生を集め大会を開いても、カテゴリー同士の交流が図れると思う。

5. 卒業論文の執筆を終えて

卒業論文の執筆を終えて、アクションを起こす大切さを学んだ。アンケート調査や参考文献の収集、指導教員との面談など、すべて自らアクションを起こさなければ卒業論文の作成・提出はできないと考える。卒業論文の執筆を通し、自らアクションを起こす大切さを学んだことで、これから先社会人としての道を歩む私にとって、良い経験・成長ができたと思う。