

「ハンドボールにおける競技力の向上について」

ハンドボール専門部
埼玉県立川口青陵高等学校 中島 貴規

○ はじめに

選手の競技力を向上させるには、まず1つ目に、指導者の資質向上が必要不可欠だと考える。指導者が選手に対し様々な指導方法でアプローチすることによって、選手が自ら改善点や目標を見つけ練習に励み、競技力向上につながると思う。2つ目に、組織的な強化策が必要である。高体連ハンドボール専門部では、高体連だけでなく、埼玉県ハンドボール協会と連携し強化対策を行っていくことが、競技力向上につながっていくと考える。

1 指導者の資質向上について

指導者の資質向上が選手の競技力の向上について、最も重要であると思う。高体連ハンドボール専門部では、東西南北の地区ごとに運動部活動指導者講習会を実施している。ハンドボールが専門でない指導者のための講習会を実施する年もあれば、ハンドボール専門の指導者対象の、日本のトップレベルの指導者を招き、講習会を実施する年もある。また、指導者の審判としてのスキルの向上により、より良い指導ができると思う。審判の資格についても積極的に取得するよう促し、審判講習会を選手も含め行い資質向上につながっている。

(1) 平成27年度指導者講習会

ア 東海大学教授・男子ハンドボール部監督 田村 修治 氏 7/22実施

- ①. ディフェンスの基礎技術、応用技術
- ②. オフェンスの基礎技術、応用技術
- ③. 速攻トレーニング法
- ④. GKのトレーニング法
- ⑤. その他（オフィシャル講習）

イ 元全日本男子ハンドボールチーム監督

現トヨタ車体男子ハンドボールチーム監督 酒巻 清治 氏 8/1実施

- ①. 高校年代におけるハンドボールの基本的なフットワーク練習方法
- ②. フットワークを生かした基本的 OF・DF 練習方法
- ③. 発展的な OF・DF 練習方法

(2) 平成28年度指導者講習会

ア 日本リーグ大同特殊鋼株式会社

元ハンドボール日本代表選手（GK） 高木 尚 氏 7/18実施

- ①. ウォーミングアップ～ゲーム感覚に近いウォーミングアップ
- ②. ハンドボールに必要なステップワーク（OF、DF）
- ③. パス～動きのあるパス練習
- ④. GK～構え方、基本的な動き、多種にわたる GK のトレーニング法
- ⑤. DF～DF の考え方と選手へのアプローチ
- ⑥. OF～OF の考え方、ポストとのコンビネーション
- ⑦. シュート～選手の個性を引き出す個別テクニック

2 高体連ハンドボール専門部と埼玉県ハンドボール協会と連携した組織的な強化対策

(1) 国民体育大会に向けた強化スケジュール

	高体連	県協会
8月		1年生大会
10・11月	新人戦地区大会	
11月	新人戦県大会	
12月		県選抜1次選考会・海外遠征
1・2月	東西南北選抜チーム強化練習会	
2月		4地区対抗戦 中高交流ハンドボールフェスティバル
4月	関東大会県予選	
6月	インターハイ県予選	県選抜2次選考会
8月		国民体育大会関東ブロック予選

(2) 海外遠征

毎年、新人大会までの優秀な選手を選抜し、強化練習会や海外遠征を行うことにより選手の能力向上に努めている。また、海外のハンドボール技術に触れることで、選手だけでなく指導者としても、学ぶことがたくさんある。

ア 海外遠征 H28年12月24日～12月29日 場所：シンガポール

イ 過去5年間の遠征先： H27年 シンガポール

H26年 シンガポール

H25年 韓国

H24年 台湾

H23年 韓国

ウ 過去の遠征先：スイスチューリッヒカップ、スウェーデン、ハンガリー、ドイツ

(3) 中高交流ハンドボールフェスティバル

毎年2月に中高交流ハンドボールフェスティバルとして、4地区対抗戦と中学校選抜と高校県選抜チームが試合をする大会を開催している。各地区が強化練習会を実施し地区のレベルを向上させることや、12月に県1次選抜に選考されなかった優秀な選手を、4地区から発掘することを目的としている。また、中学校選抜が参加し、高校としても負けられない試合となっている。

3 今後の課題

選手の指導は、各学校の顧問に任されていることは当然であるが、各地区で強化練習会を実施し選手の技術を向上させ、組織的に強化策に取り組むことにより、県全体のレベルアップに高体連と県協会が連携して取り組んでいる。また、現在の埼玉県ハンドボールを作り上げてきて頂いた指導者の方々が、高齢化により退職の時期を迎え、若い指導者の育成が急務である。指導者講習会や強化練習会等を利用し、指導者間のコミュニケーションをよく取りながら、先人の方々の経験や指導法を習得し、周知するとともに、選手の競技力の向上に努力を惜しみなく続けていくことが必要である。