

大学体育授業におけるユニバーサルホッケーの授業実践報告

樋口 和真*

Teaching report of the universal hockey in the university physical education classes

Higuchi Kazuma

キーワード：ユニバーサルホッケー，ゴール型球技，戦術指導，屋外

I. はじめに

体育の授業では、カリキュラム編成や大学の施設などによって、使える場所や用具に制限がかかることがある。その際、体育教師はルールや用具に工夫を凝らして、授業を展開することが求められる。

本論では、大学の一般体育授業における「フィットネス&レクリエーション」の授業内で行った、「ユニバーサルホッケー」の指導実践において、効果的であった工夫について受講者の取組みの様子から考察し、そこで得られた情報を大学体育授業の現場に寄与することを目的とする。

本論で取り上げる「ユニバーサルホッケー」は、レクリエーションスポーツの一つとして行われた。レクリエーションとは、「近代英語名辞 recreation を日本語表記した言葉であり」、「娯楽や楽しみごとによって自己回復する行為」という意味がある（下中，2006，p.847）。このことから、レクリエーションスポーツとは、「楽しむことによって自己回復することができるスポーツ」とであると解釈できる。大学体育授業でのレクリエーションスポーツでは、ルールや用具を工夫することによって、仲間との交流を楽しむとともに、新しい動きができる喜びを多く経験することができる。しかし、スポーツに対して、やりたくない、怖いといった感情が先行してしまえば、楽しむことができず、自己回復は期待できない。また、初めて行う

スポーツであると、できないことが多く、それによってつまらなく感じてしまうこともあり得る。そのため、授業に参加する学生が、初めて行う「ユニバーサルホッケー」に対して、「何となく『嫌な気分はしない』」など、その運動世界を感情的に忌避しないという「なじみの地平」（金子，2002，p.418）を形成させることが、ユニバーサルホッケーを楽しむ上でまず必要となる。そこで、今回行った授業ではユニバーサルホッケーを楽しむために、まずユニバーサルホッケーそのものになじみ、少しずつ技術を身につけてできる動きを増やし、その上で仲間との戦術的な能力を伸ばしていくことをねらいとした。その授業内で行った内容や工夫、学生の様子について紹介する。

II. 授業実践事例

1. 授業の概要

本論で対象とする授業は、筆者が担当した「基礎体育学演習(フィットネス&レクリエーション)」である。この授業では、様々なレクリエーションスポーツを通じて、仲間と交流し、各種目の技術を学習することをねらいとした。

全15回の授業のうち、10～12回目の3時間で行った「ユニバーサルホッケー」について取り上げ、実際に行った授業について報告する。

1限目と2限目でそれぞれ同じ内容を行っているが、

*甲南大学 全学共通教育センター非常勤講師

当日授業へ参加した人数や男女比の違いから、活動の内容もそれぞれに合わせる必要があった。受講生の人数について、1限目は男子7名・女子10名、2限目は25名・女子9名であり、各授業に出席した人数は以下の通りである（表1）。

2. ユニバーサルホッケーについて

ユニバーサルホッケーとは、Universal（誰でも、どこでも）とHockeyを合わせてつくられたスポーツで、いつでもどこでも誰でもできる「みんなのスポーツ」考案された。もとはイギリスのバンディ（Bandy）というスポーツが原型で、1978年に日本に紹介され、ある程度ルールを改変して、ユニバーサルホッケーと命名されたという（川和田, 1990, p.113）。また、ユニホックやネオホッケーとも呼ばれることもある。

ユニバーサルホッケーは屋内で行われるスポーツであり、使用されるコートはフェンスに囲まれている（図1）。しかし、体育の授業ではフェンスに囲まれている状況を作り出すことは難しいため、工夫を強いられることが多いと考えられる。

主要な用具であるスティックは、プラスチック製の軽い素材で作られており、腕力がなくても扱いやすい。また、ボールは直径7.5cm重さ25gと軽く、中が空洞で空気の抵抗を受けやすい構造になっており、ボールスピードが出にくいように作られている。そのため、スティックを用いてボールを打つ、転がす、止めるといった基本的な動作は、比較的容易に行うことができる。まさに、老若男女問わずだれでもプレーしやすいスポーツと言える。

表1 各授業の男女出席者数

授業①	男子出席者数	女子出席者数	合計出席者数
1限目	5名	7名	12名
2限目	18名	7名	25名
授業②	男子出席者数	女子出席者数	合計出席者数
1限目	4名	8名	12名
2限目	20名	6名	26名
授業③	男子出席者数	女子出席者数	合計出席者数
1限目	3名	6名	9名
2限目	23名	9名	32名

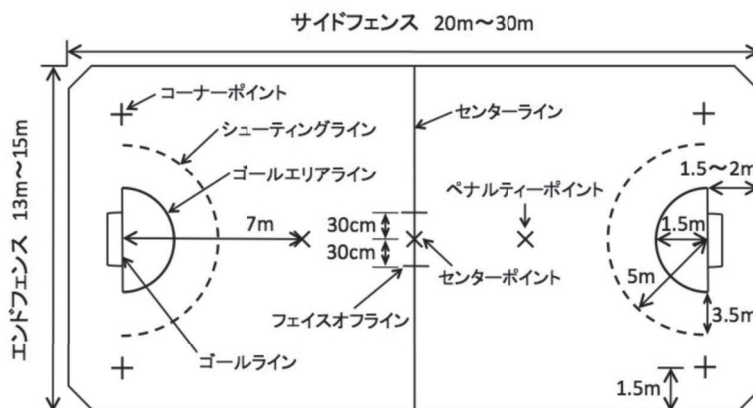


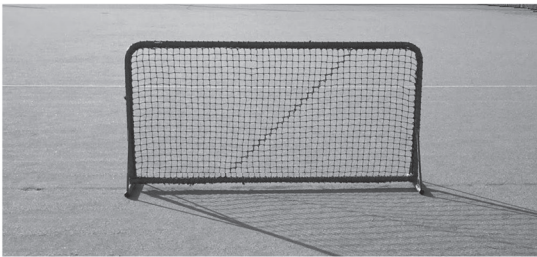
図1 コート図（日本ユニバーサルホッケー連盟, p.2 より転載）

3. 授業の展開

(1) コートについて

今回の授業では、屋外でユニバーサルホッケーを行った。大学の施設として、砂入り人工芝のグラウンド上にハンドボールコートのラインが元々引かれていたため、ハンドボールコートを使用した。大きさは、40 m×20 mであり、ユニバーサルホッケーの公式のコートよりも大きい。しかし、本来のコートでも、20～30 m×13～15 mと大きさに幅があるため、ハンドボールコートほどの大きさになっても、ユニバーサルホッケーのゲーム性が損なわれることはないと考えられた。

ゴールは、約幅200cm×高さ100cmのネットフェンスをエンドライン上に置くことで代用した。本来のゴールポストは幅100cm×高さ90cmであるが、コートの大きさと同様にゲーム性が大きく損なわれることはないと考えられた。また、ネットフェンスは奥行きがないため、フレーム部分に当たったとしても、ゴールが入ったという判定にすることで、問題なく代用することができた。



＜図2＞ ネットフェンス（ゴールの代用）

(2) ルールの工夫

今回の授業を行う場所は屋外であり、コート全体を取り囲むフェンスを設置することが困難であったため、ラインからボールが出た場合のルールを工夫する必要があった。そこで、「ボールがライン外に出たら、ボールが出た地点のライン上から相手がスティックでボールを打つことでゲームを再開する」「味方陣地のエンドライン外へボールを出してしまった場合には、一番近いコーナーから相手がスティックでボールを打

つことで再開する」という大きく2つのルールを設けた。つまり、サッカーで用いられているルールに近似しており、スローインで再開するところをスティックでボールを打つという動作に置き換えたルールである。このルールを採用した理由は、多くの人々が一度は経験したことがあるサッカーのルールを用いることで、学生がすぐにルールを理解できるであろうと考えたからである。実際に行ったゲームの中でも大きな混乱は生じなかった。

3回目の授業においては、ゲーム展開に変化をもたらすためにさらにルールを変更した。ラインサッカーのように、相手陣地のライン上及びライン外でのみプレーできるラインマンを各2人ずつ設置することにした。ラインマンを設置することで、ライン外にボールが出てゲームが一時中断されるということをなくすことができ、本来のユニバーサルホッケーのように、フェンスで囲われたコートに近い形でのプレーが可能になった。また、ラインマンがいることで、「攻撃側がアウトナンバーになって数的有利になる」ことが期待された。これによって、「得点のチャンスを得やすい」状況をつくり出しつつも、本来のゲーム形式に近い展開を体験できると考えられた。

(3) 授業の様子

○授業1回目【基礎練習とだんご型のゲーム】

1回目の授業では、基礎的な技術であるパスとドリブルの練習とゲームを行った。2人組で自由にパスの練習をさせたところ、相手が打ったボールを直接打ち返そうとして、空振りになってしまうミスが多くみられた。スティックを自分の身体の一部として捉える「伸長能力」(金子, 2005, p.189)が充実しておらず、ボールとの距離感をうまくつかめていないと考えられた。そこでパスの技術練習として、まず「止めて打つ」という運動課題を行った。静止したボールを打つことで、スティックを含めた自分とボールとの距離感をまずつかむことができる。慣れてきた学生に対しては、ボールを止めずに直接打ち返すよう指導を行った。

パスの練習を続けていると、強い球を打ちたいという気持ちが高まり、無意識にスイングを大きく行ってしまう学生が多くいた。このようなスイングはルールでも禁止されていることから、「膝から下でスティックを使う」練習を行うことも必要であった。とくに片手でスティックを扱うときに、フォロースルーで制御が利かずにスイングが大きくなりすぎてしまう傾向にあったため、「ボールを打つときは両手でスティックを扱う」よう促した。

ドリブルの練習としては、ボール運びリレーを行い、いくつかのチームに分かれて速さを競うという運動課題を行った。実際のゲームでは、ボールをもって相手陣地へ攻め込むとき、より速くボールを運ぶ必要がある。そこで、速さを競うボール運びリレーは、走りながらボールをコントロールすることから、ドリブルの能力を高めるために有効であると考えられた。ボール運びリレーのルールは、スタートから20 mほど離れた位置に置いた三角コーンまで走り、コーンを回ってスタート位置へ戻ってくる速さをチームで競うというシンプルなルールである。また、スタートから三角コーンまでの間に、マーカーなどの障害物を増やし、それを左右に避けてドリブルするという課題も追加した。障害物が増えることで、より細かなボールのコントロールが求められるため、速さとの両立が難しくなるが、より実際のゲームでの動きに近づくと考えられた。2回程度リレーを行うだけでも、学生たちのボールコントロールが向上しているように感じられた。とくに、障害物が増えた状況では、ボールをスティックで小刻みにタッチすることで動かしたい方向へコントロールしていた。

最後に10分程度のゲームを行った。チームの人数は5～7人で、男女比が大体同じようになるようにチーム分けをした。ゲームを開始する前にルールの説明と、スティックを膝より上へあげないよう注意することを再確認した上で、戦術的なことは何も指導せずに行った。運動能力が高い学生を中心に、得点する場面が何度か見られた。ゲームの中

で、みんながボールのあるところへ走り込んでくるため、密集する状況、いわゆる「だんご状」になることが多く見られた。特徴的な場面として、そのだんご状の密集地帯から、体の小さな女子学生がボールをもって抜け出すことがあった。通常、サッカーやバスケットボールで密集地帯になれば、体の小さな選手は他の選手に当たり負けしてしまって抜け出すことは難しい。もちろん、今回の授業内では体が当たるような激しいプレーをしていないことも関係するが、スティックで間接的にボールへ触ることができるからこそ、うまくスティックを使うことで体の大きさに関係なく抜け出すことができたと考えられる。

○授業2回目【縦長型のゲーム】

2回目の授業では、ゲームを中心に行った。準備運動と基礎練習を兼ねて、パスの練習を行った。先に5～7人程度にチーム分けを行い、チームごとに複数人でパスを回す練習を行った。複数人で円形になってパスの練習を行うことで、正面から来たボールを正面に打ち返すだけでなく、左右への打ち分けを練習することができた。この際も、はじめは「止めて打つ」を運動課題とし、慣れてできるようになってきたら、「直接打ち返す」ように指導した。運動が得意な学生は、「直接打ち返す」なかでも緩急をつける、あるいは右から左へ大きく角度をつけて打ち返すなど、バリエーション豊富にパスを行っていた。また、運動が得意でない子でも、「止めて打つ」ことで自分のペースでパスができるため、チームメイトとパスし合うことを楽しんでいるように見られた。

その後、10分程度のゲームを3回行った。ルールを1回目の授業と同様に説明し、スティックを膝より上へあげないよう注意することを再確認した。加えて、各ゲームの開始前に、チームごとに戦術を考える時間を3分程度設けた。その際、「攻撃を頑張る人と守備を頑張る人を決める」「はじめから全て決めなくても、ゲームの途中や次のゲームで変えてもいい」の2点を伝えた上で、戦術を考えさせ

た。1点目の意図は、だんご型のゲームよりも発展させるために、チーム内での大まかな役割を決めようとするものである。2点目の意図は、ゲームを実際にやってみないと分からないことが多いので、みんな考えてながらゲームを進めてほしいという思いからである。チームによって、守備と攻撃の人数を均等に分けているチーム、とりあえず役割を決めずにやってみようというチームがあるなど、その戦略は様々であった。

ゲームの中では、相手陣地のゴール前で待ち伏せする学生や、味方陣地のゴール前で守りを固める学生といった、ボールを追いつけない人が現れた。チーム内でそれぞれ攻撃と守備という役割をもつプレーヤーがいることで、全員がボールに密集するのではなく、コートを中心にゴールからゴールまで人がいるという、縦長の状況が多く見られた。特徴的な場面として、カウンター攻撃が見られることがあった。あるチームでは守備と攻撃の人数を均等に分けていたが、ゲームの負けが続いたことから、そのチームは最終ゲームで「全員で守備をして、味方ボールになったら攻撃の人が走る」という作戦を立てていた。味方陣地でボールを奪い、相手の守備の人数が少ないうちに、相手陣地に攻め込んでゴールを決めるといふ、まさにカウンター攻撃が学生たちの中で発生したのである。その作戦がうまく機能し、そのチームは最終ゲームで勝利を取っていた。

○授業3回目【横長のゲーム】

3回目の授業では、2回目と同様に準備運動と基礎練習を兼ねたパス練習をしてから、ゲームを行った。パス練習では、5～8人程度にチーム分けし、チームごとに円形になってパスを回すようにした。「止めて打つ」をベースの運動課題にしつつも、できる人は「直接返す」ようにすることは前回までと同様に練習を行った。加えて、「パスされた人には返さず、他の人に返さなければいけない」というルールをつくり、左右の打ち分けを多く行うように促した。さらに、パスがうまく回っているチームに

は、使用するボールを2個3個と増やして練習を行った。ボールが増えることで、「自分のパスする相手が、今ボールを持っていないか？」など、自らボールを打つことだけでなく、味方の動きや状況を把握しようとするカン能力を身につけることが期待された。練習の中では、自分のもとに同時に2個ボールが来てしまうという難しい状況を上手く切り抜ける学生や、パスを出す相手を探そうと周りに意識を向けすぎてボールを空振ってしまう学生がいるなど、様々な様子が見られた。

その後、10分程度のゲームを3回行った。これまでのルールを変更し、各チーム2人ずつラインマンを置くことにした。各ゲームの開始前に、2回目の授業と同様の2点を相談することに加え、「だれをラインマンにするか」を決める時間を3分程度設けた。ラインマンという役割を作ることで、サイドからの攻撃など、攻撃の仕方がバリエーション豊富になることが期待された。

ゲームの中では、味方ボールになったらすぐにラインマンにパスを出すというサイド攻撃のプレーが多く見られた。このルールでは、サイドラインやエンドラインからボールが出て、ラインマンのボールとなり攻撃が継続する。つまり、ゴールが決まる、もしくはボールを奪って相手陣地に運ぶまで攻守が入れ替わらないのである。そのため、なかなかゴールが決まらずに、ゴール前に人の密集地帯ができ、ラインマンと連携するためにサイドにも人がいるという、横長の状況が多く見られた。特徴的な場面として、ラインマンへのパスを阻止しようと、ラインマンに対してマンツーマンディフェンスにつく人が現れた。そのため、ラインマンはパスをもらうためにライン上を行ったり来たりして、ディフェンスを外そうとする動きも見られた。また、ラインマンはボールを持つことができれば直接ボールを奪われることがないため、ボールコントロールが苦手な選手でも、サイドをドリブルで駆け上がる、あるいは落ち着いて味方にパスを出すというプレーができていた。

(4) まとめ

今回のユニバーサルホッケーの授業では、「攻守の役割を決める」という戦術の指導や、「ラインマンを設置する」というルールを工夫をして、1回目から3回目までそれぞれの授業を展開した。学生たちの技術の上達だけでなく、チームとしての戦術の上達を確認することができた。1回目はだんご状のゲーム、2回目は縦長のゲーム、3回目は横長のゲーム、というような戦況の変化は、学生たちに戦術的思考が芽生えたからであると考えられる。また、ゲームの中で特徴的な場面として、密集地帯からの女子学生の抜け出し、カウンター攻撃の発生や、マンツーマンディフェンスを試みる者が現れる、といった場面が見られた。

ユニバーサルホッケーは元々から「誰でも楽しめる」スポーツではあるが、3回を通して、戦術指導やルールに工夫をしたことで、学生たちが飽きることなくみんなで楽しむことができた。3回目の授業終了後に行った授業アンケートでは、「楽しかったですか？楽しくなかったですか？」という質問に対し、回答者全員が「楽しかった」と回答していた。また、授業の感想の中には、「最初は難しかったけど、点数を入れられるようになった、どんどん慣れていったらコツがわかってたのしかった」「戦略を考えてプレーするのは楽しいと感じた」といった声もあった。今回行った授業では、コート大きさやフェンスの有無、ゴールなどは本来とは異なるものであったが、ルールに工夫を加えることで問題なく授業を展開することができた。

Ⅲ. おわりに

本論では、レクリエーションスポーツとして行ったユニバーサルホッケー授業展開について紹介した。屋外でフェンスを設置できないため、本来とは異なるコートを使用したが、ルールを工夫することで、問題が生じることはなく、様々なバリエーションを授業で展開することができた。また、学生たちの技術的な上達を促すだけでなく、戦術に関心を持たせることができた。このような授業を通して、学生たちは、単にユニバーサルホッケーを楽しむだけでなく、「上達して

できることが増えるとよりスポーツが楽しくなる」ということを感じられたであろう。大学体育授業のレクリエーションスポーツとはいえ、体育教師は授業のマネジメントのみに徹するのではなく、技術的・戦術的な上達を促すことが肝要であると言える。本論が、授業実践の場に役立ち、より充実した授業が多く実践されることを期待したい。

参考文献

1. 金子明友 (2002), わぎの伝承, 明和出版.
2. 金子明友 (2005), 身体知の形成 (下), 明和出版.
3. 川和田毅 (1990), ユニバーサルホッケーの紹介, 大学体育 17 巻 2 号, pp.113-114.
4. 日本ユニバーサルホッケー連盟, 日本ユニバーサルホッケー連盟【公式ルール】.
5. 下中直人: 監修 日本体育学会 (2006), 最新スポーツ科学事典, 平凡社.