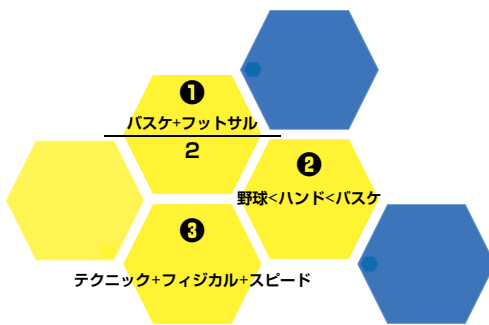


# ハンドボール



## ハンドボール って...!?



### ① 『ハンドボール』とは

ハンドボール競技を説明するとき、よく引き合いに出されるスポーツがバスケットボールとフットサルです。これは二つの競技と類似する動作やルールがあるためです。例えば

### ◇ハンドボールとバスケットボール

- ・主に手を使って点を獲り合う
- ・ボールを床にバウンドさせてドリブル

### ◇ハンドボールとフットサル

- ・コートとゴールの大きさが同じ(下)
- ・ゴールキーパーのいるゴールヘシュートを打ち込む

### ② ハンドボールの大きさ

ボールの特徴は、野球ボールのように指にかかるほど小さくなく、バスケットボールのように掴めないほど大きくありません。ハンドボールは指と掌(てのひら)を使って掴みます。

競技中は、ボールを掴むことや投げることができるため両面テープの使用が認められています。選手によって巻き方や本数は様々です。

### 初耳



### ③ ハンドボールの魅力

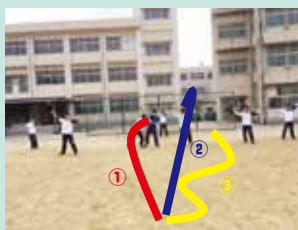
相手を惑わすフェイントやノールックパス・スピニングシュートなどのテクニカルな要素。体と体の激しいぶつかり合いによるパワフルな要素。攻守の切替わりや球速一〇〇キロを超える

シュートのようなスピード感など魅力が溢れています。島根県の高校ハンドボールチームは男子が七チーム、女子

## ハンドボーラーVR ~君がハンドボーラーならどう攻める?~

### カメラ📷

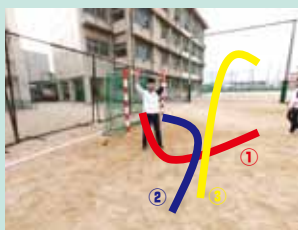
#### ①基本攻撃編



- ①味方ヘノールックパス!
- ②ゴールの角ヘルーブシュート!
- ③フェイント混ぜてドリブル!

### カメラ📷

#### ②サイドシュート編



- ①GKの下下ヘバウンドシュート!
- ②直角スピニングシュート!
- ③シュート体勢から味方ヘスカイパス!

コート図(右下)にカメラ📷①と②を設置しています。



▲松江工業高校(男子)



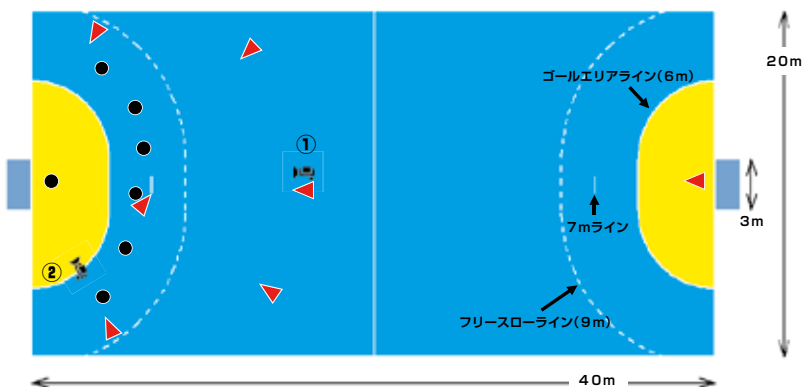
▲松江市女子高校(女子)



◀飯南高校(男子)

令和元年度中国新人・全国予選大会(山口県開催)会場にて他、松江南高校(男女)、松江東高校(女)、江津高校(男女)が出場しました。

● ディフェンス ◀ オフェンス 内はGK以外入れない



が五チームです。是非、大会会場に迫力あるプレーを見に来てください。