

バスケットボールのゾーンディフェンスに対する
攻め方について
島 宏文 (競技スポーツ学科 コーチングコース)
指導教員 佐々木 直基

キーワード：バスケットボール ゾーンディフェンス ゾーンアタック

1. 緒言

本研究ではバスケットのゾーンディフェンスの種類を分析し、それに対して有効とされているゾーンアタックの方法をまとめる。これを試合時にゾーンアタックを指導する際の基礎資料としてまとめることを目的とした。

2. 研究方法

I.文献研究

現存するゾーンディフェンスに対するゾーンアタックを調べ、対応表を作成した。

II.ビデオ分析

①本学男子バスケットボール部の 2010 年度の今年度の試合 (4 試合)

②2010 年大会世界選手権 (5 試合)

対象の試合の中から、ゾーンアタックのプレーを抽出し分析を行った。

3. 結果と考察

①それぞれのゾーンディフェンスに適したゾーンアタックは図1のようにまとめられた。この基本形を使うことで「ズレ」を作ることができる。

②ゾーンディフェンスに混乱している場合に、ゾーンアタックは有効であり、シュートも「ズレ」を作り打っていた。

4. まとめ

ゾーンアタックの基本はゾーンディフェンスに生じるガットの部分にアライメントし有効なスペースを使用していくことが基本となる。またゾーンアタックの基本形も元にし、それぞれのチーム特性を生かせる形を選択することが重要となる。それはチームの得点源がどのポジションに位置しているかによって使いわけることで、成果をあげる場合もある。

参考文献

- (1) ボブ ハギンス (2007) コーチング ゾーン オフェンス ジャパンライム株式会社
- (2) ジェリー クラウス /ラルフ ピム (2010) バスケットボール ディフェンス レッスンズ フロム ザ レジェンド
- (3) 吉井 四朗 (1989) バスケットボール指導全書3 株式会社 大修館書店

	2-3	2-1-2	3-2	1-2-2	1-3-1
ビーチー			○	○	○
スプリット			○	○	○
スペシャル					○
ゴールド			○	○	
サーティーン	○	○			

図1 ゾーンアタック対応表