バスケットボールにおけるディフェンスについての研究
ー本学バスケットボール部を例にー

河合　真希　（競技スポーツ学科　スポーツ情報戦略コース）
指導教員　望月　聡

キーワード：コミュニケーション　協力性　ディフェンス

1. 緒言

バスケットボールとは、ボールの所有とシュートの攻防をめぐり、相対する２チームが同一コート内で同時に直接相手と対峙しながら、一定時間内に得点を争うゲームである。バスケットボールは、プレーヤー同士の協力が必要であり、集団性が重要とされている。特に、マンツーマンディフェンスでは5人が協力して行わなければ、相手の攻撃を抑えることが出来ないと考えられている。協力の仕方には技術だけでなく、声を出すことによってお互いを把握するという形が取られている。

そこで、本研究の目的は、本学バスケットボール部が「勝利をすること」に重点を置いたチーム作りをしていた2009年と、「仲間との協力性やコミュニケーション」に重点を置いたチーム作りをしていた 2010 年では、選手の気持ちにどのような変化が見られたのかを調査し、内面の変化がどのように技術向上に繋がったのかを研究する。

2. 研究方法

びわこ成蹊スポーツ大学女子バスケットボール部の 2009 年と 2010 年関西女子バスケットボールリーグ戦において、

①１次リーグ各５試合のスコアからデータ分析
②2009 年と 2010 年対K大学との試合の映像分析
③中心選手 6 名にアンケートを実施し、3 つの観点から研究する。

3. 結果と考察

データ分析と映像分析から 2009 年と 2010 年を比較すると、5 人がコミュニケーションを取り続け、協力してディフェンスを行いオフェンスの第一優先を予測していた。それを防ぐことで、相手のミスを誘い出していることが明らかになった。また、相手の得点、シュート決定率が共に低下していることから、相手が行いたいプレイをディフェンスが防ぐためにコミュニケーションを取ることや仲間がフォローをするディフェンスの戦術が成功していることが明らかになった。一人ひとりの負担が軽減されたことで、試合に対する集中力がより高まり、一試合を通して徹底すべきことがより明確になったことが予想される。

またアンケート結果から、2009 年と 2010 年では、大きな変化がみられ満足度が高くなっていることが分かった。コート内でプレイしている５人やベンチの選手と協力して戦うことができ、仲間がいることで安心感を持ってプレイすることが出来たと答えている。

4. まとめ

本研究を通して、長年バスケットボールを行ってきている本学の選手には、技術を中心と考え、勝利を追い求めるチーム作りを行うより、仲間とのコミュニケーションや協力性に重点をおいて選手の気持ちの充実を追究したチーム作りを行うことによって、技術の向上にもつながるということが明らかになった。スポーツを行う上で、その競技を好きという気持ちを持ち続け、仲間のことを思いやることにより、気持ちに余裕ができ、その結果競技力の向上にもつながるという結果になった。

5. 参考文献

1）奥田　知靖・大場　渉・土井秀和（2005）バスケットボールにおけるゲーム分析研究の現状と課題　大阪教育大学紀要第Ⅵ部門　第 54 巻第１号 203～212 頁
2）バスケットボールの技術・戦術（ディフェンス編）
3) 日本バスケットボール協会バスケットボール指導教本　大修館書店