

バスケットボールにおけるインサイドプレーに関する研究

増田 竜一 (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、インサイドプレー、ゲーム分析

1. 緒言

バスケットボールについて吉井は「規定の人数の2チームが1個のボールを同じコート上で所定のルールに従いつつ一定時間プレーして得点の相対比を争う競技である」と述べている。

このように攻撃、防御の2チームの争点は「得点」であるためより確率の高いゴールから近い位置でのシュートが必然的に重要となる。

一般的にゴールに最も近い位置でプレーをするのはセンターのポジションでプレーをする選手であるため、バスケットボールの試合においてインサイドプレーヤーは非常に重要な働きをされると考えられている。

そのため大型選手の攻防では、防御側の選手は相手のシュートを決めさせないために様々な工夫をし、実行することが多い。その中の一般的なプレーとしてポストでボールを持った攻撃側の選手に対して複数の防御側の選手がプレッシャーをかけに行き、相手のミスを誘うということである。

筆者は、これまでプレーをしてきた中でそのような防御が行われると冷静な判断力を失ってしまうということがほとんどであった。

そこで本研究ではチームの大型選手であるセンター、パワーフォワードを務める選手が、攻撃時にポストでボールをもらった際、どのようにして冷静な判断、プレーを行うべきかを明らかにすることを目的とした。

2. 研究方法および対象

方法：試合を録画したものを再生し、ノートを用いてあらかじめ設定した調査項目のデータを集計し、分析を行った。

対象者：関西学生バスケットボール男子2部リーグ戦 上位6チーム

3. 結果、考察

ポスト使用回数は各チームのカラーによって様々ではあるが優勝したRT大学が最も多く使用していることが明らかにされた。

その中でも最も多くプレーされていた場所がローポストであり、中央と左右の3か所に分けることが出来る。中央ではもらってすぐにシュートを放つことが多く左右のローポストで

はドリブルで相手選手を押すことから始まることが多い。

ポストでのプレーでは1対1、1対2とあるが成功時にとられる動作は1対1ではパスから始まることが多く、失敗時はドリブルから始まるが多いことがわかった。

しかし、1対2での成功時に取られる動作は1対1で失敗することが多かったドリブルであった。ボールをもらった際相手選手が2人以上いる場合にドリブルをして相手との距離を空け、冷静な状況判断を保っていることが明らかになった。

4. まとめ

1. ローポストが重要

ローポスト、ハイポスト、ショートコーナーの3つがある中でローポストが最も使用数が多く、重要であると言えることがわかった。

2. ボール保持後動作

ポストでボールをもらった際、成功している選手は必ず周りの動きをよく見ていることがわかった。そこで落ち着いた状況判断をし、冷静にプレーしていることが研究により明らかにされた。

3. 1対2におけるプレー

1対2でのプレーではディフェンスによられた場合成功時多くの選手がとっていた動作はドリブルで相手との間合いを取り、冷静な判断力を保っているということがわかった。

引用・参考文献

(1) 小川 英一郎 (1999) バスケットボール競技におけるマン・ツー・マン・ディフェンスに対するインサイド利用法に関する研究 修士論文抄録集 P22. 23

(2) 鯛谷 隆 (1996) バスケットボールゲームの一考察 - ショットの投射位置について - 体育学研究

(3) 吉井 四朗 (1986) バスケットボール指導全書1

(4) バスケットボール用語集

<http://homepage3.nifty.com/Basketball-tutor/basketball/yougo/yougo.html>

(5) 大手町一家

<http://www.basketball-ikka.net/>