

# バスケットボールの 1on1 における オフENSEのステップ行為が攻守の協応に及ぼす効果

足代春希 ( 山梨大学 )

## 1. 目的

バスケットボールの 1on1 において攻撃者に有効な間合いや位置関係を明らかにし、効果的な練習方法を提案することであった。

## 2. 研究方法

バスケットボール経験のある女子学生 8 名を実験参加者とした。右サイド 45 度の位置に攻撃者を立たせ、攻撃者に正対してゴール方向に 1 m 下がった位置に守備者を立たせた。12 試技を 1 セットとして計 6 セット行った。試技開始直前に攻撃者に対し、試技開始時点で踏み込む 1 歩目の方向と軸足を指示した。1 試技の制限時間は 8 秒とし、試技映像から参加者の腰部の 3 次元座標上の位置を算出した。攻撃者が試技開始時に踏み込む 1 歩目の方向 (右, 左, 後方) と軸足 (右, 左) を独立変数とし、守備者が動いた方向 (右, 左, 前, 後方, 静止)・攻守の間合いの縮小開始時間・攻守の移動パターンごとの勝率を従属変数とし、2 要因参加者内分散分析を行った。

## 3. 結果と考察

ステップ方向 : 攻撃者が右方向に動くと、守備者は攻撃者から見て右方向に動いた。攻撃者が左方向に動くと、守備者は左方向あるいは後方に動いた。また攻撃者が後方に動くと、守備者が前方向に動いた。これらの攻守の対応は、守備者が攻撃者とゴールを結んだ線に立ち、攻撃者との間合いを腕の長さに保つようにアフォーダンス知覚 (佐々木, 2018) した結果生じたと考えられる。

攻守の間合いの収縮開始時間 (図 1 左) : 左を軸足とした場合、そして一歩目を後方にした場合に間合いの収縮開始時間が遅れた。このことから 1on1 を行う際は攻撃者に一定の間合いが必要であること、足を後方に引く行為は守備者に間合いを詰める行為をアフォードし、結果として攻撃者に不利な状況をつくると考えられる。

移動パターンごとの攻撃者の勝率 (図 1 右) : 今回の実

験系では守備者の勝った頻度が高かった。また攻守が滑らかにインサイド方向に流れると攻撃者の勝率が高まった。これより、今回の実験系のように止まった状態から 1 on 1 をすることは、攻撃者にとって難易度が高いと考えられる。

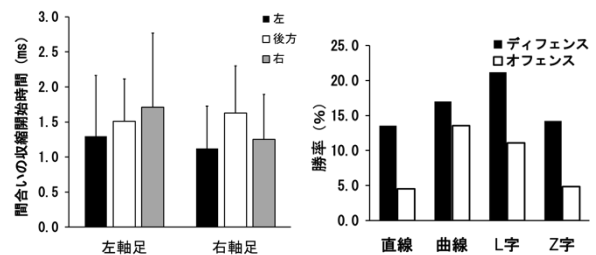


図 1 左 : 間合いの収縮開始時間. 右 : 攻守の移動パターンごとの勝率

## 4. 結論

バスケットボールの 1on1 において攻撃者に有効な間合いと位置関係を見出すことを目的として実験を行った。攻撃者にとって止まった姿勢から間合いを詰められることは圧倒的に不利であった。そこで攻撃者が動きながらボールを受ける場面から 1on1 を練習する環境が効果的だと考えた。具体的には、守備者を 2-3 線の位置に置き、ボールを受ける攻撃者に向かって間合いを詰めさせる。そのタイミングで攻撃者が守備者との間合いを詰めることで相対速度が増大し、守備者を突破しやすくなる (Passos et al., 2008)。攻撃者がオープンスペースに踏み出せる姿勢でこの状況を作ることが訓練の目的となる。

## 5. 主な参考文献

- 佐々木 正人 (2018) 新版アフォーダンス. 岩波書店 : 東京, pp. 79-80.
- Passos, P., Araújo, D., Davids, K., Gouveia, L., Milho, J., & Serpa, S. (2008) Information governing dynamics of attacker-defender interactions in youth rugby union. *Journal of Sports Sciences*, 26(13), 1421-1429.