

## バスケットボールにおけるリバウンドボール獲得様相と勝敗の関係 —公式ゲームと実験ゲームの実態から—

### Aspects of the Rebound Acquisition in Basketball in relation to Victory or Defeat

後藤 幸弘\* 岩城 真介\*\*  
GOTO Yukihiro IWAKI Shinsuke

The acquisitive aspect of rebound in basketball in relation to the victory or defeat was clarified in comparison between the ordinal game and the conditional game for the college students. The skill of the rebound for the team and individual was summarized as follows.

- 1) The percentage of victories for the team with a higher of the rebound acquisition was 88.8%. In detail, the percentage was 77.7% in the case offensive rebound and 94.4% in the defensive rebound, respectively. Moreover, in an attempt to raise the percentage of victories, it was suggested to have an accurate shot and a higher rate of attack completion.
- 2) A significant regression line ( $y=0.65x-15.4$ ;  $r=0.75$ ) was taken between the points obtained and the number of rebound acquisition.
- 3) When a ball shot from the side missed the ring, it tended to fall to the reverse side. Moreover, the further the shoot distance was, the further place the ball fell to.
- 4) The difference of 10 cm in stature was well compensated by skillful play in the rebound.
- 5) The skill in the acquisition of rebound was brought together some factors such as the screen out to secure the acquisition space, the forecast in a spot of falling ball to get an advantageous position, a timely jump and/or the tap and the chip out in the case of difficult acquisition.

Key words : basketball, rebound ball acquisition, victory or defeat, university student

キーワード : バスケットボール, リバウンドボール獲得, 勝敗, 大学生

#### I. 緒言

バスケットボール界には、「ゴール下を制するものはゲームを制す」という言葉がある<sup>1)2)3)4)</sup>。これは、シュートミスによって生じるリバウンドボールの争奪が攻撃権の獲得数に大きく係わり、勝敗に繋がる重要な一要因となるからである。

大学生のシュート成功率が30~40%台である<sup>5)</sup>ことは、リバウンドボール場面がシュート数の6・7割程度あることを意味している。八百は<sup>6)</sup>中学生の部活レベル、授業レベルのいずれにおいてもオフense・リバウンド獲得率の高いチームの方が勝利を得ていることを報告している。また、オリンピック選手レベルについても、チームリバウンドボール獲得本数が多いほど高得点をあげる傾向にあり、リバウンドボール1本の獲得は0.8点に相当するとされている<sup>7)</sup>。

このリバウンドボール(以下、RBと略す)獲得には、オフense・リバウンド(以下、ORと略す)とディフェ

ンス・リバウンド(以下、DRと略す)がある。前者は、直ちにシュートできる可能性が高く、味方のゴール下であるため、ある程度ギャンプリング的プレーが許される。一方、後者は相手のゴール下のプレーであるのでボールのコントロール・ミスは許されない。

ところで、多くの場合ORは外側の、DRは内側のポジションを占める場合が多くなることから両者のRB獲得の方法や技術に相違のあることが予想される。また、RBを獲得するには、個人技術<sup>9)10)</sup>と同時にチームの協力が不可欠である。さらに、RBを獲得するためには、ミスしたショットがどのようにリバウンドする傾向があるのかも把握しておく必要がある<sup>11)12)</sup>。

そこで本研究では、大学選手の公式ゲームと実験ゲームを対象にバスケットボールにおけるRB獲得の様相と勝敗の関係を明らかにするとともに、チームならびに個人としてのRBのキャッチ技術等について検討した。これらの結果は、リバウンドボール獲得技術の指導法を開

\*兵庫教育大学(体育・芸術教育学系) \*\*高砂市立曾根小学校

平成18年4月19日受理

発するための基礎的資料になると考えられる。

## II. 方法

### 1. 公式試合の勝敗とRB獲得数の関係

#### (1) 対象

第30回関西男子学生バスケットボール選手権大会（トーナメント）を対象とした。トーナメントにおいてベスト8まで残る可能性の高い大学（特にシード校、昨年勝ち上がっている大学）を選び、それらの大学の2・3回戦の試合と準々決勝以上（順位決定戦も含む）の計24試合を対象ゲームとした。

#### (2) ゲームの記録法

対象とした24試合を、2階席の中央にビデオカメラを設置し、ゲームの流れに沿ってカメラをパンさせながら、シュート場面とリバウンド場面におけるプレイヤーの動きが分析できるようにゲームを収録した。

#### (3) 分析内容

表1は、シュート場面の分析に用いた記録シートを示している。すなわち、ミス・シュート数、2ポイントならびに3ポイント成功数（以下、2P、3Pと略す）、フリースロー成功・失敗数、ORキャッチ数、ORチップアウト成功・失敗数、DRキャッチ数、DRチップアウト成功・失敗数をクォーター毎に記入できるようにした。

撮影したVTRを再生しながらゲーム要素を逐次、記録シートに記入した。

これを基に、以下の7項目の指数を算出した。

- ①2P成功率（2P成功数／全2Pシュート数×100）
- ②3P成功率（3P成功数／全3Pシュート数×100）
- ③フリースロー成功率（フリースロー成功数／全フリースロー数×100）
- ④成功シュート率（成功シュート数／全シュート数×100）
- ⑤OR獲得率（OR獲得数／自チーム不成功シュート数×100）
- ⑥DR獲得率（DR獲得数／相手チーム不成功シュート数×100）
- ⑦RB獲得率（RB獲得数／両チームの不成功シュート数×100）

また、図1に示すように、コートを両サイド（0度～45度）と中央の3エリアに分け、さらに台形（3秒ルールが発生する区域）内、台形外で3Pライン内と外をそれぞれ4エリア、計12のゾーンに分け、シュート地点とRB落下点をゲーム記録シートに記入した。

### 2. リバウンド獲得要因の究明

#### (1) 公式ゲームにおけるRB獲得場面の分析から

##### 1) 対象

関西男子学生バスケットボール選手権大会で収録した

VTRを基に、RB獲得に優れた優勝チームを分析の対象に抽出した。

#### 2) 分析内容

RB争奪場面（OR獲得場面、OR非獲得場面、DR獲得場面、DR非獲得場面）について動作解析支援システム（OTL-8）を用いて、以下の方法で分析した。

- ① シュートが打たれた瞬間、ボールがリングに当たった瞬間、RBをキャッチした瞬間、RB獲得者が着地した瞬間の4場面におけるOF（オフェンス）プレイヤーとDF（ディフェンス）プレイヤーの位置関係を記録した。
- ② 上記の記録をOR・DRが獲得できた時とできない時の位置関係の違いとRBを獲得するための動作を分析した。

表1. ゲーム記録シート

大	1							2							3							4							延長		計	
	1	2	3	4	延長(前)	延長(後)	計/%	1	2	3	4	延長(前)	延長(後)	計/%	1	2	3	4	延長(前)	延長(後)	計/%	1	2	3	4	延長(前)	延長(後)	計/%	計/%	計/%		
シュート数							/							/							/							/				
2P							/							/							/							/				
3P							/							/							/							/				
フリースロー							/							/							/							/				
合計/%	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/		
ORキャッチ							/							/							/							/				
ORチップアウト							/							/							/							/				
DRキャッチ							/							/							/							/				
ORチップアウト							/							/							/							/				
合計/%	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/		

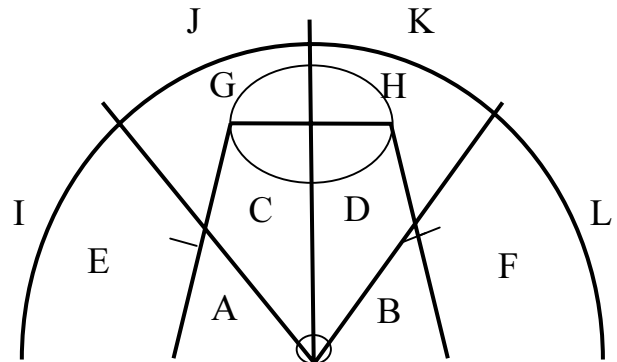


図1. シュート地点とリバウンドボール落下点の分析に用いたエリア区分（12区分）

(2) 実験的RB獲得場面の分析から

RB獲得には、体格差や体力要因が影響すると考えられている<sup>7)</sup>。したがって、表2に示すように、技術レベルが同じで身長、垂直跳びの能力が異なるチームと、技術レベルが異なり身長、垂直とびが同程度の3チームを編成し、RB争奪場面を実験的に設定し、RB獲得に対する体格要因と技術要因の影響を検討した。

1) 対象

バスケットボール部員6名、教科体育以外にバスケットボールの経験のない未熟練者3名、計9名の男子大学生を対象とした。なお、本研究では、経験年数を熟練者と未熟練者に分ける示標とした。

対象の身長は、175±3cm、165±3cmの範囲とし、(A)熟練者・高身長、(B)熟練者・低身長、ならびに(C)未熟練者・高身長の3グループに編成した(表2)。

表2. 実験ゲームのチーム特性

	身長 (cm)	垂直 (cm)	経験年数 (年)
A:高身長・熟練者	175±3	68.3	6~8
B:低身長・熟練者	165±3	68.7	6~10
C:高身長・未熟練者	175±3	66.7	なし

2) 測定内容

図2は、実験ゲームの方法を示したものである。

まず、フリースローの場合のように、各チームの選手を図のように配置し、グループ外のプレイヤーがフリースローの要領でシュートを打った際のRBを争奪させた。

なお、シュート位置は、フリースローラインより50cm手前(S1)、両サイド45度の3Pライン上(S2)(S4)、トップの3Pライン上(S3)の4地点とした。なお、3回のRB獲得場面ごとにプレイヤーのポジションを矢印の方向にローテーションさせた。すなわち、3群間のリーグ戦とし、計72回のRB争奪結果を実験試合の成績とした。

また、シュート地点とRB落下地点の関係についても、前述の方法で分析した。

合わせて、リバウンドボール争奪の様相を、図2に示すカメラ位置からVTRに撮影した。

III. 結果ならびに考察

1. 公式試合におけるRB獲得と勝敗の関係

図3は、RB獲得率の高いチームが勝つ確率、ならびにORとDRのそれぞれの確率について示したものである。なお、対象としたゲームは、トーナメント方式であった

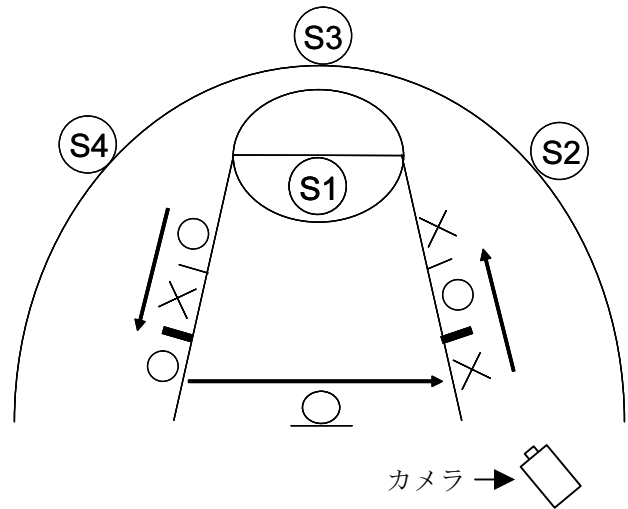


図2. 実験ゲームの方法  
(注) S1~S4は、シュート位置とシュート順序を示す。

ので、力が均衡していると考えられるベスト8以上、力に差のある可能性の高いベスト16以下の試合に分けた結果についても示した。

全試合の結果では、RB獲得率の高いチームの勝つ確率は88.8%と高かった。また、ORでは77.7%、DRでは94.4%を示し、いずれの場合も獲得率の高いチームの方が勝利を収めている傾向が認められた。

この傾向は、力が均衡していると考えられるベスト8以上の試合においても同様に認められた(RB: 81.8%, OR: 63.6%, DR: 90.9%)。これらのことから、DRの方がORよりも勝敗に関係していると考えられた。

また、チーム力に差のある可能性の高いベスト16以下の試合では、RB、OR、DRのいずれにおいても獲得率の高いチームが100%勝利を収めていた。

以上のことから、RBを多く獲得することは、試合に勝つための重要な要因であることが示唆される。

しかし、このような傾向がみられた中で、ベスト8以上の試合において、RB獲得率が高いにもかかわらず負けているケースが2試合で、OR獲得率が高いが負けたケースが4試合で、DRで1試合みられた。

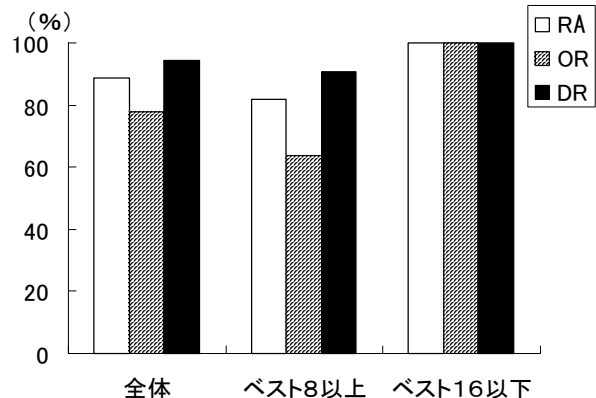


図3. RB、OR、DR獲得率の高いチームの勝つ確率

2. 逆転現象が起こった要因について

図4-A, Bは, RB獲得率が高いにもかかわらず試合に負けた2つのケースについて, シュート場面に関わる種々の指数の分析結果を示したものである。

(A) の試合では, RB獲得率が高かったにもかかわらず負けてしまった要因として, より勝敗に係るDR獲得率が対戦相手チームよりも低いこと, 攻撃完了率が圧倒的に劣っていることが認められた。

また, (B) の試合では, RB獲得率に加え, OR獲得率, DR獲得率も相手チームよりも高かったが, シュート(S)成功率が36%で対戦相手の50%に比して大きく劣っていたことが要因と考えられた。

これらのことから, DR獲得率が相手チームよりも高ければシュート成功率が相手チームよりも若干低くても試合に勝つこともあるが, DR獲得率が対戦相手チームよりも低い場合, シュート成功率は, 相手チームよりもかなり高くなる必要があると考えられる。また, その前提としてRBを獲得した場合, シュートまで持ち込み攻撃を完了させることが重要になる。

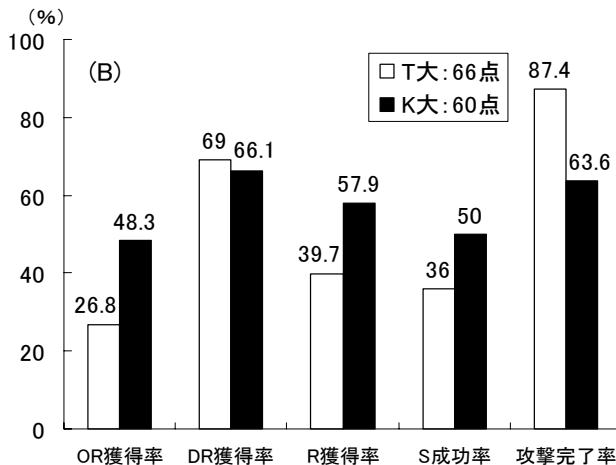
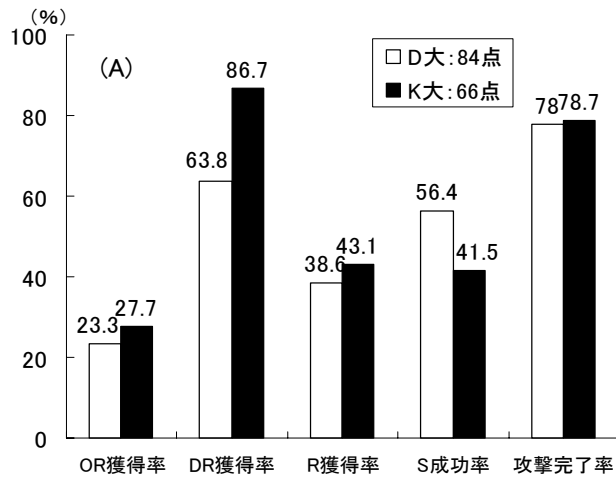


図4. RB獲得率が高いにもかかわらず負けたチームと相手チームのシュート場面に関わる種々の指数

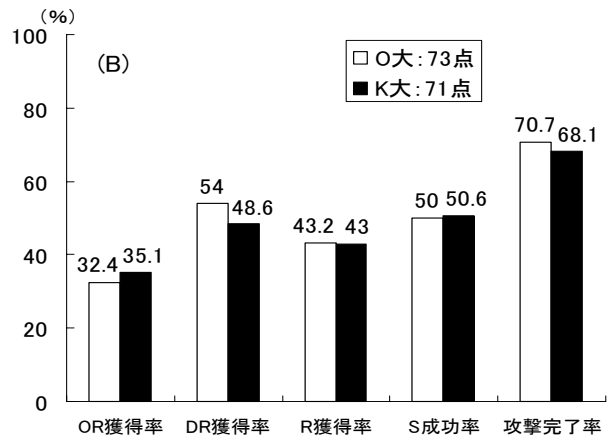
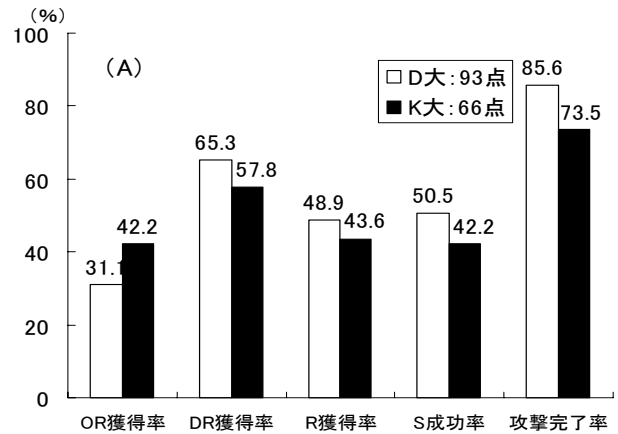


図5. OR獲得率が高いにもかかわらず負けたチームと相手チームのシュート場面に関わる種々の指数

図5-A, Bは, OR獲得率が高いにもかかわらず試合に負けてしまった2試合の分析結果である。

(A) の試合では, K大学は, OR獲得率が相手チームよりも高かったが, RB獲得率, DR獲得率, S成功率, 攻撃完了率がすべて低かった。これらのことが, OR獲得率が高かったにもかかわらず負けてしまった要因と認められた。

また, (B) の試合では, OR獲得率に加え, S成功率も対戦相手チームよりも高かったが, DR獲得率, RB獲得率, 攻撃完了率で劣っていたことが要因と考えられた。

3. RB獲得と得点の関係

(1) RB, OR, DR獲得率の差と得点差の関係

図6-A, B, Cは, 対戦相手間のRB獲得率, OR獲得率, ならびにDR獲得率の差と得点差との関係を回帰分析したものである。

RB獲得率の差と得点差の間には,  $y=2.52x-15.9$  ( $r=0.74, p<0.01$ ) の直線回帰式と有意な相関関係が得られた。また, OR獲得率においても, DR獲得率においても, RB獲得率と同様の関係が認められた。すなわち, RB獲得率の差が大きいほど得点差は大きくなる傾向のあるこ

とが認められた。

また、これらの関係式から、RB獲得率：18.2%以上、OR獲得率：21.5%以上、DR獲得率：22.9%以上の差がある場合には、勝敗に逆転現象の生じないことが推察された。さらに、対戦相手間のRB獲得率、OR獲得率、ならびにDR獲得率に10%の差があると、それぞれ9.3点、2.2点、10.3点の得点差の生じる可能性が示唆された。

(2) RB, OR, DR獲得数と総得点の関係

図7-A, B, Cは、RB, OR, DR獲得数とそれぞれのチームの総得点の関係を示したものである。

RB獲得数とチームの総得点との間には、 $y=1.64x+7.80$  ( $r=0.71$ ) の直線回帰式と有意な相関関係が得ら

れた。また、上記の関係よりはやや低くなるが、OR獲得数においても ( $y=2.81x+34.6$ ,  $r=0.62$ )、DR獲得数においても ( $y=2.0x+21.4$ ,  $r=0.66$ ) 有意な相関関係が得られた。

これらのことは、当然のことではあるが、RB獲得数が多ければ多いほど、シュートにつなげる攻撃権を得たことになり、チームの総得点が多くなることを示している。

(3) RB, OR, DR獲得数とRB獲得からの得点の関係

図8-A, B, Cは、RB, OR, DR獲得数とRBを獲得してからの得点 (OR獲得：獲得後、即シュートを打って得点, DR獲得：獲得後、ファースト・ブレイクから

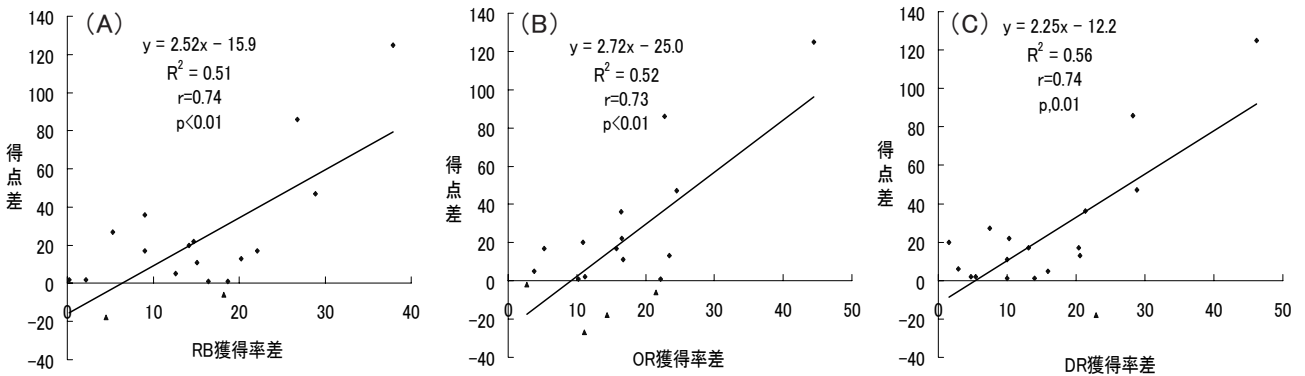


図6. RB, OR, DR獲得率差と得点差との関係

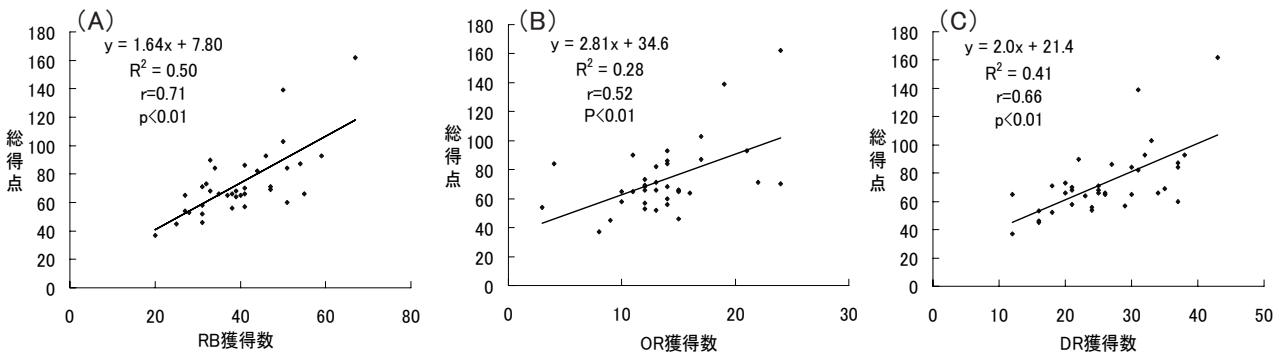


図7. RB, OR, DR獲得数と総得点の関係

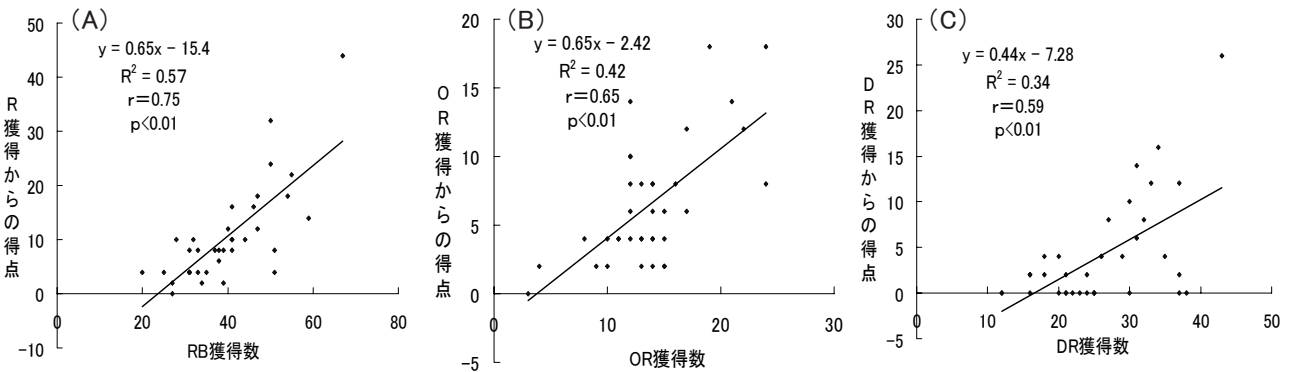


図8. RB, OR, DR獲得数と獲得からの得点の関係

の得点)との関係を示したものである。

RB獲得数とRB獲得からの得点との間には、 $y=0.65x-15.4$  ( $r=0.75$ )の直線回帰式と有意な相関関係が得られた。同様に、OR獲得数においても( $y=0.65x-2.42$ ,  $r=0.65$ )、DR獲得数においても( $y=0.44x-7.28$ ,  $r=0.59$ )有意な関係が認められた。

また、これらの関係式から、RBを1本獲得することは0.65点に、ORで0.65点、DRでは0.44点に相当することが示唆された。

オリンピック選手では、リバウンドボール1本の獲得は、0.8点に相当するとされている<sup>7)</sup>。本研究との差は、攻撃完了率とシュート成功率の差、すなわち、技術レベルの差によって生じていると考えられる。

#### 4. リバウンドボール落下点について

図9-A, B, Cは、サイド(0度~45度)からのシュート地点を台形よりも内側、台形よりも外側で3Pラインよりも内側のミドルレンジ、3Pシュートの3つの場合に分け、それぞれのRB落下方向を示したものである。また、図10のA, B, Cは中央のエリア(45度~90度)からのシュートについて示したものである。

また、⑤はシュート地点を、矢印は落下方向を、矢印の大きさは、RBが落下する可能性の大きくなることを、さらに矢印の長さは、落下距離を示している。

なお、両サイドからのシュートのRB落下方向には左右差はみられなかったため、一方のサイドにまとめて図示した。

いずれのシュート地点の場合も、サイドからのシュートのRBは、シュート地点の逆サイドに落下する傾向が認められた(台形よりも内側:33.5%、ミドルレンジ:46.2%、3Pシュート:51.2%)。

次に、多かったRBの落下方向は、シュートと同サイドであった(台形よりも内側:23.2%、ミドルレンジ:23.3%、3Pシュート:21.1%)。

また、シュート距離と落下エリアについては、いずれの距離からのシュートも逆サイドのゴールに近いエリアに落下しているが、ミドルレンジ、3Pシュートになるに従い、遠いサイドに落下する傾向のあることが認められた。

中央からのシュートでは、中央の逆サイドが1番多く(台形よりも内側:30.6%、ミドルレンジ:28.1%、3Pシュート:30.4%)、次いで、シュートサイドであった(台形よりも内側:26.9%、ミドルレンジ:26.6%、3Pシュート:24.7%)。

また、RBの落下距離は、ミドルレンジからのシュートは、サイドエリアの遠い位置に落下していることが認められた。しかし、3Pシュートでは4方向に散らばり、遠いエリアに落下するがその中でもシュート側のサイドの多くなる傾向がみられた(10.1%)。

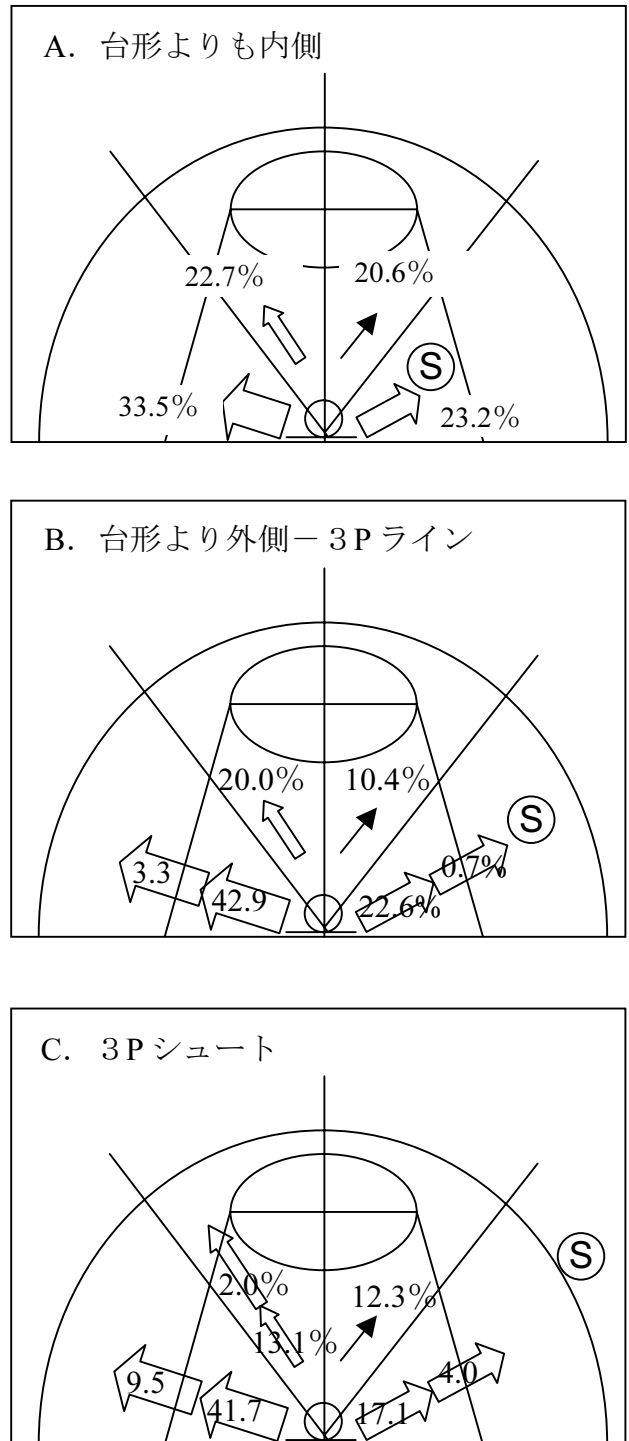
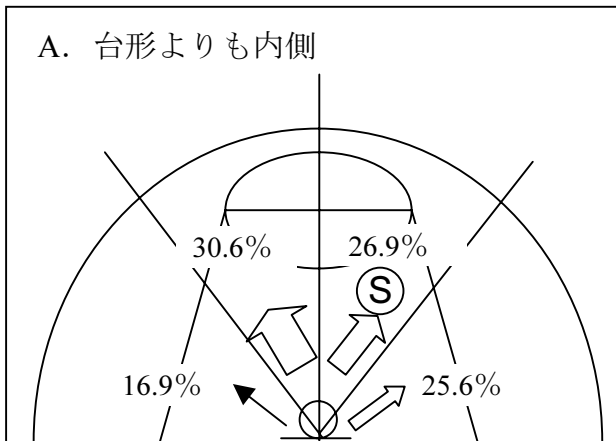
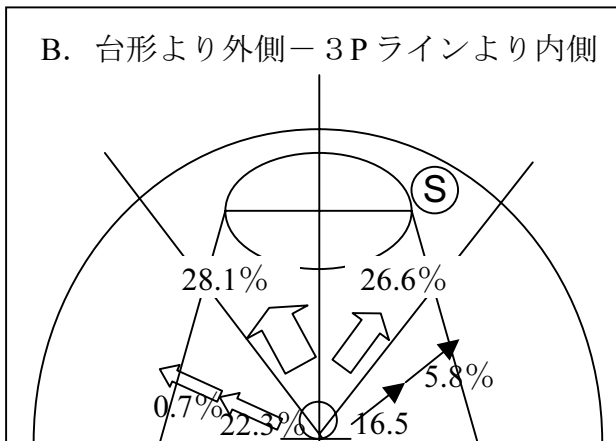
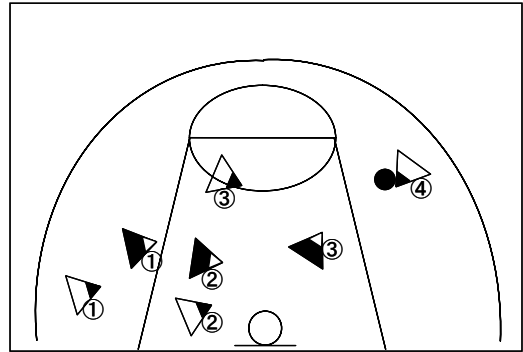


図9. シュート位置とリバウンドボール落下地点の関係(サイドからのシュートの場合)

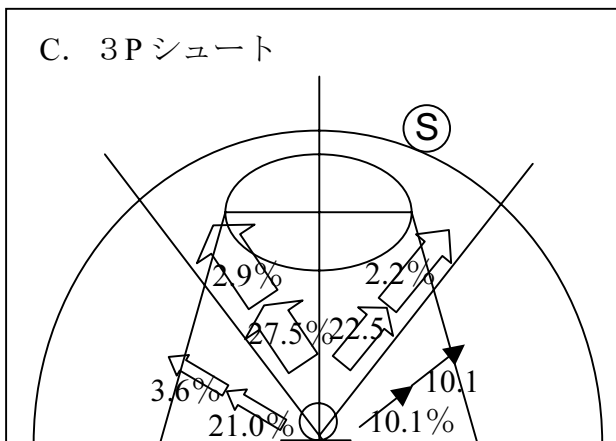
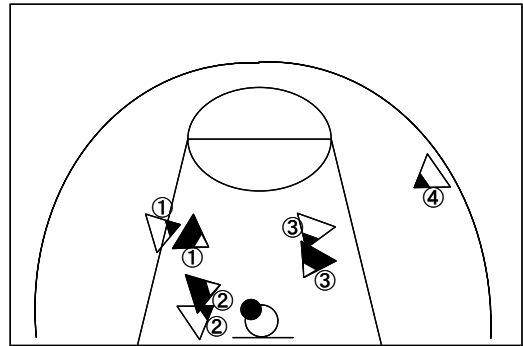
これらの結果は、高木<sup>12)</sup>によるシュート距離・方向とRBの落下方向と距離との関係についての研究を支持するものであった。



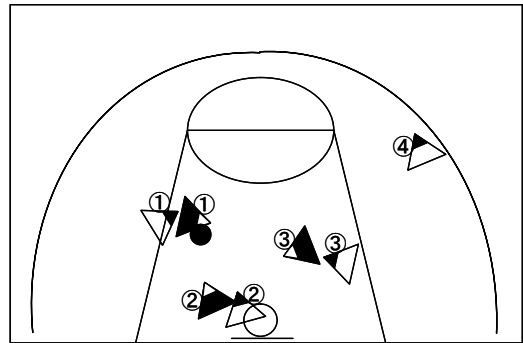
シュートを打った瞬間



リングに当たった瞬間



キャッチした瞬間



獲得者が着地した瞬間

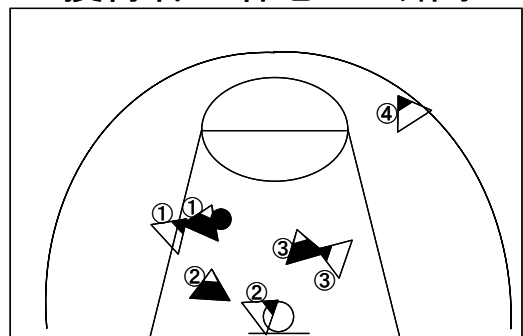


図10. シュート位置とリバウンドボール落下地点の関係 (中央からのシュートの場合)

5. RB獲得要因の究明

(1) 公式試合の分析から

a) DRの獲得法について

図11は、DR獲得時の1例で、スクリーン・アウトを用いていたケースである。

シュート時点では、各プレイヤーはまだ獲得態勢に入っ

図11. DR獲得の方法—スクリーンアウトの例—

(注) 三角形内の小さな三角形は、各プレイヤーの向いている方向、白はOF、黒はDF、黒丸はボールを示す。

ていなかったが、ボールがリングに当たった時には、DFはOFをスクリーン・アウトし、獲得態勢に入っていた。

このとき、シュート地点と逆サイドに2人、シュートサイドに1人がポジション取りしているケースが多く認められた。キャッチ時には、RB落下エリアにOFが入れないように②、③のプレイヤーがスクリーン・アウトし、①のプレイヤーが獲得できるスペースを確保していた。そして、着地時には、攻撃方向を向いているケースが多く認められた。

また、DR獲得の方法には、上述したケースに加え、相手プレイヤーとの競り合いの中でRBのキャッチが困難なときにチップアウトする方法が認められた。

図12は、DFプレイヤーがフリーの味方に対してチップアウトしたケースを示している。

シュートが打たれた瞬間から、ボールがリングに当たるまでの間にOFプレイヤーに対してスクリーン・アウトを行い、獲得態勢に入っていた。しかし、ボールが予想よりも大きくリバウンドしたため、キャッチをすることが困難となり、①のプレイヤーは、RB落下エリアの外にいる味方に向けて、ボールをはじき出し、味方プレイヤーがボールを獲得したケースである。

この方法は、ボールをキャッチする場合よりも高い位置でボールに触れることができるため、相手プレイヤーとの競り合いでキャッチが困難なときに有効な方法と考えられた。

すなわち、前述したように、RBはシュート地点と逆サイドに落ちる可能性が高いので、そのエリアに2人のプレイヤーを配置し、OFをスクリーン・アウトすることがDR獲得に重要であると考えられた。

## b) ORの獲得法について

図13は、OR獲得の方法について、OF・DFの位置関係と動作パターンを示したものである。

シュート時点では、DFプレイヤーの方がOFプレイヤーよりもリング側に位置しており、ほとんどのプレイヤーがシューターの方向を向いていた。また、シュートが打たれてからボールがリングに当たるまでに、DFプレイヤーはOFプレイヤーをスクリーン・アウトしていた。

このようなポジションになることによって、DFの方がRB獲得に有利になる。しかし、この不利な状況をOF側の①、②のプレイヤーは、DFプレイヤーをRBが落下する可能性の低いリング下へと押し込み、それぞれの相手プレイヤーをスクリーン・アウトし、RB獲得のためのスペースを確保していることが認められた。

このプレーは、相手DFプレイヤーを突き飛ばしてしまうとファウルになる。したがって、ファウルをとられずに本方法を成功させるためには、OF側の①、②のプレイヤーは、DFプレイヤーをじわじわとゴール下に押

し込んでいき、DFプレイヤーが簡単にジャンプできないように押さえ込む必要がある。

また、②のプレイヤーは、①のプレイヤーが確実にRBをキャッチできるように、DFプレイヤーを押さえ込んでいることが認められた。これは、よい位置でRBをキャッチできるような状態にいる味方がより確実に獲得できるように壁になるチームプレーである。

また、獲得者が着地した瞬間に次のプレーに入りやすいように、スペースを確保していることも認められた。

OR獲得の方法については、上述したものに加え、数的に不利な状態で確実にキャッチができない時に、味方プレイヤーにチップアウトする方法、RB落下エリアに外側から走りこんできて獲得するランニング・リバウンド法が認められた。

図14は、ランニング・リバウンドのケースを示している。

この方法は、そのままランニングジャンプして、RB落下エリアの外側にいる①のプレイヤーが、RB落下エリアへと飛び込んでいき、ボールを獲得する方法である。

①のプレイヤーは、シュートの瞬間は、フリーであり、台形の外から、台形内に入り込もうとしていた。そして、ボールがリングに当たった瞬間には、DFプレイヤーの後ろから、シュート地点と逆サイドに飛び込み、キャッチした瞬間には、①のプレイヤーは、DFプレイヤーよりもRB落下エリアの内側でポジションを取り、RBを獲得していた。

このランニング・リバウンドプレーは、RBが落下するエリアを予測して動かなければならないので、ジャンプリング的プレーである。しかし、余裕を持ってRBを獲得しようとしているDFプレイヤーの虚をついたプレーといえる。

## (2) 実験的場面の分析から

### 1) シュート地点とRB落下方向の関係

実験的場面においても、前述の公式戦におけるシュート地点とRB落下方向と、同様の関係が認められた。

### 2) リバウンドボール争奪戦の結果

表3は、(A)高身長・熟練者、(B)低身長・熟練者、(C)高身長・未熟練者の3グループ間におけるリーグ戦の結果を示している。なお、カッコ内はRB獲得率を示している。

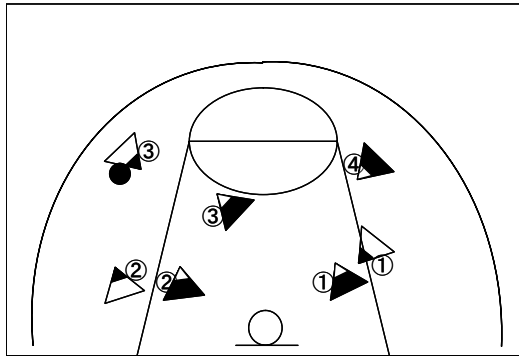
A対Cのゲームでは、高身長・熟練者のAチームが高い確率でRBを獲得し、勝利していた。

鳴海<sup>7)</sup>らは、ミュンヘンオリンピック出場16チームの平均身長とRB獲得数、RB獲得率の順位相関を求め、それぞれに0.691、0.741の有意な係数の得られたことを報告している。

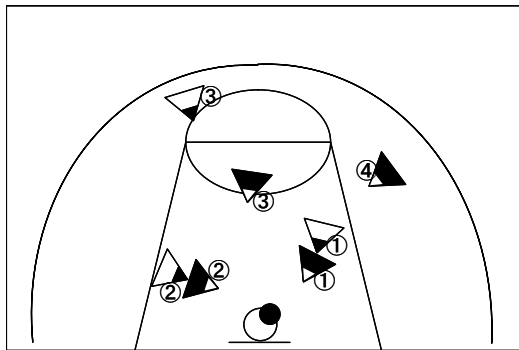
しかし、Bの低身長・熟練者は、いずれのゲームにおいても勝利を得ていた。



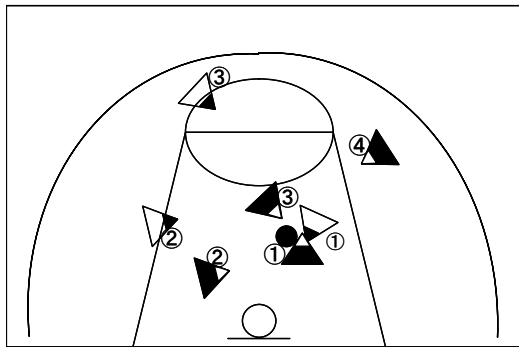
シュートを打った瞬間



リングに当たった瞬間



キャッチした瞬間



獲得者が着地した瞬間

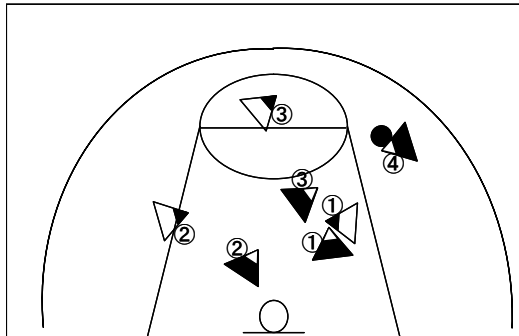
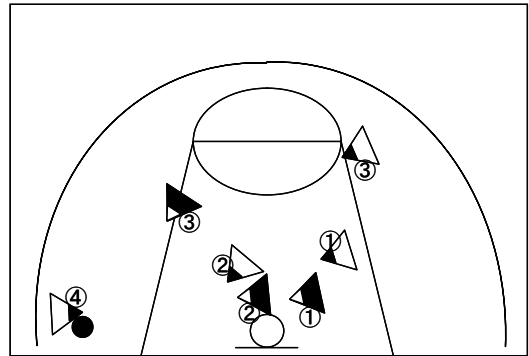
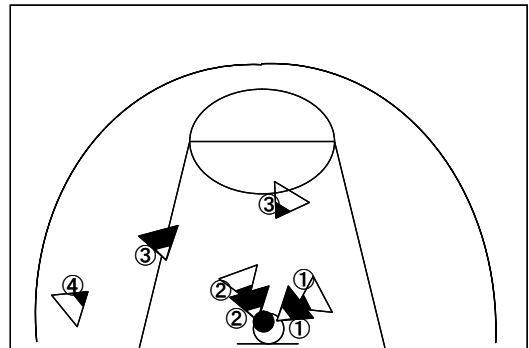


図12. DR獲得の方法—チップアウトの例—  
(注) 図11に同じ。

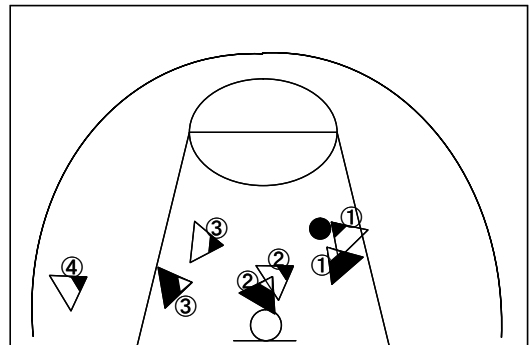
シュートを打った瞬間



リングに当たった瞬間



キャッチした瞬間



獲得者が着地した瞬間

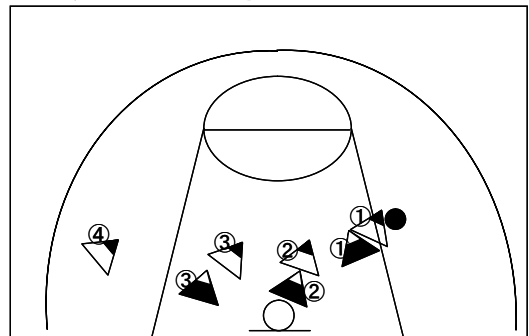
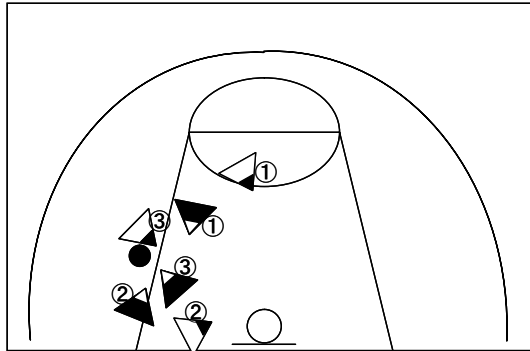
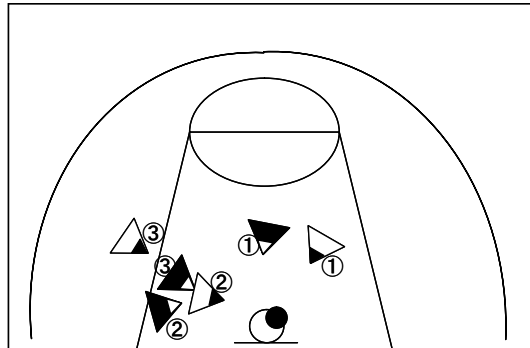


図13. OR獲得時の方法—スクリーンアウトの例—  
(注) 図11に同じ。

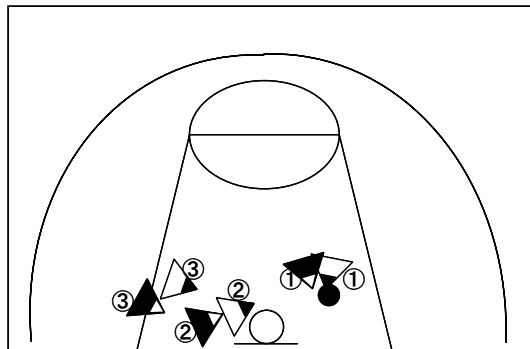
### シュートを打った瞬間



### リングに当たった瞬間



### キャッチした瞬間



### 獲得者が着地した瞬間

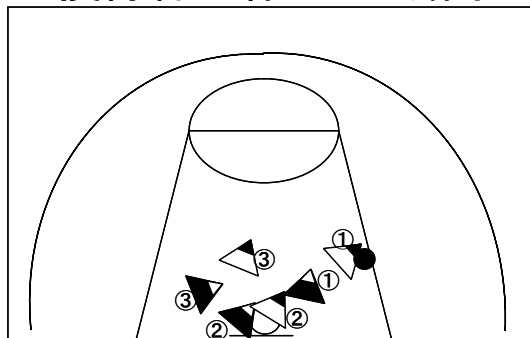


図14. OR獲得の方法ーランニングリバウンドの例ー  
(注) 図11に同じ。

表3. リバウンドボール争奪戦 (実験ゲーム) の結果

	A: 高身長 ・熟練者	B: 低身長 ・熟練者	C: 高身長 ・未熟練者
A: 高身長 熟練者	○	× (48.6%— 51.4%)	○ (52.8%— 47.2%)
B: 低身長 熟練者	○ (51.4%— 48.6%)	○	○ (58.3%— 41.7%)
C: 高身長 未熟練者	× (47.2%— 52.8%)	× (41.7%— 58.3%)	○

このことは、10cmの身長差はRB獲得技術によって補い得ることを示唆している。また、技術レベルを経験年数で同程度にしたが、身長差があるにもかかわらず、BグループがAに勝利したのはBグループの方がAグループより高い技術を有していることを推察させた。

#### 3) 低身長・熟練者におけるRB獲得パターンの検討

図15は、低身長・熟練者におけるRB獲得成功パターン (A) ならびに失敗時のパターン (B) のそれぞれの出現率を対高身長・未熟練者と高身長・熟練者とのゲームについて示したものである。

低身長・熟練者と高身長・未熟練者とのゲームで最も多くみられたRB獲得成功パターンは、スクリーン・アウトを行ってRBを獲得する方法であった (54.8%)。その他には、落下位置を予測して移動し、RBを獲得するパターン (19%)、一度はじいてから、自らキャッチするパターン (11.9%) などが認められた。

同様に、高身長・熟練者とのゲームにおいても、最も多かったRB獲得成功パターンは、スクリーン・アウトによるものであった (34.2%)。しかし、高身長・未熟練者とのゲームよりもその割合は低く、技術レベルが同程度になるほど、スクリーン・アウトが困難になることが示唆された。すなわち、技術レベルが同程度になったため、低身長・熟練者は確実にボールをキャッチすることができず、一度はじいてから自らボールをキャッチするパターン (18.4%) や、チップアウトして獲得するパターン (21.1%) の出現率を高くしたものと考えられた。

一方、RB獲得に失敗したパターンでは、スクリーン・アウトをされているケースが最も多く認められた。また、その割合は、高身長・熟練者とのゲームで高くなっていった。

これらのことから、スクリーン・アウトを確実に行うことがRB獲得のために最も重要と考えられた。

#### 4) RB獲得パターンの動作分析

図16は、低身長・熟練者群において、最も多く認められたスクリーン・アウトによってRBを獲得するパター

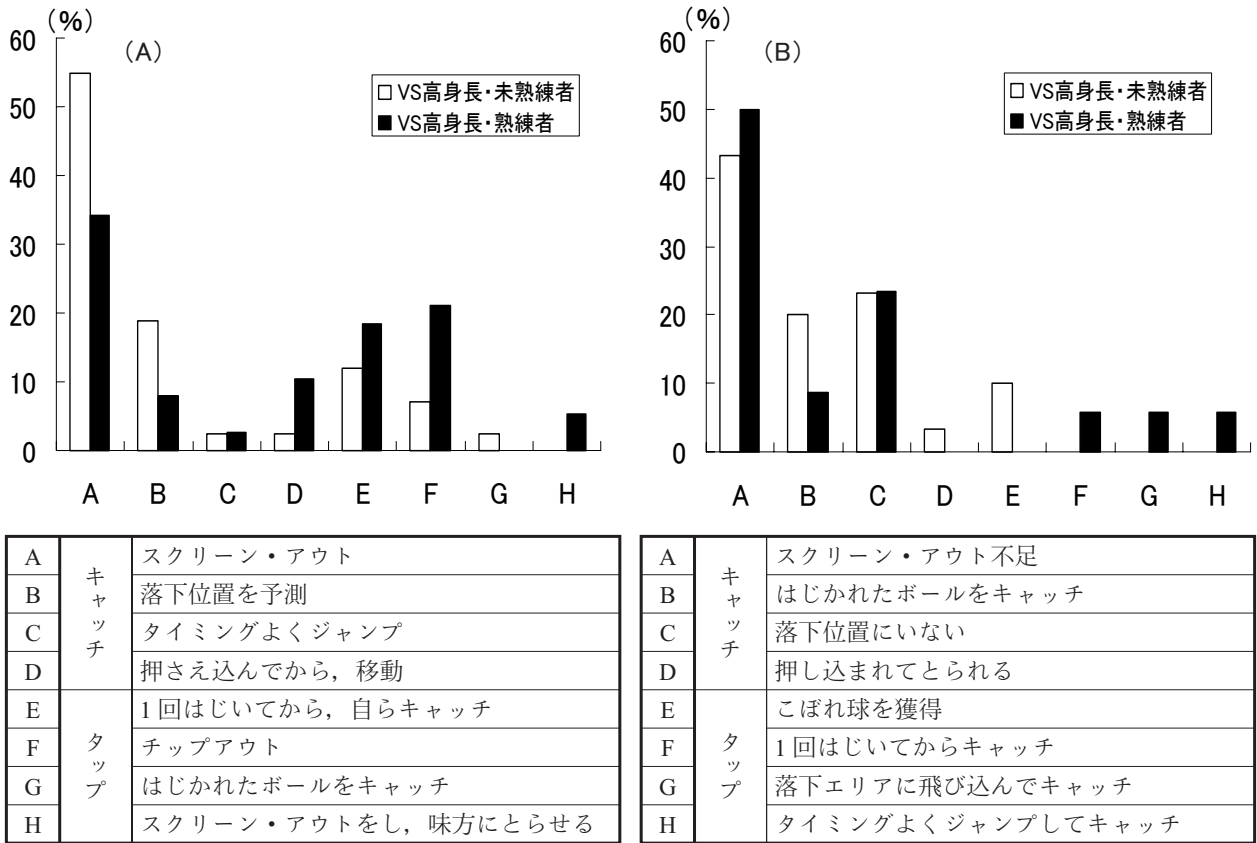


図15. 低身長・熟練者におけるRB獲得成功パターン(A) とRB獲得失敗パターン(B)

ンを示したものである。

低身長・熟練者群の②, ③のプレイヤーは、近くにいる相手プレイヤーをスクリーン・アウトしている。特に②のプレイヤーは、相手よりもリングから遠い位置にいるため内側へと入り込んでいくことが困難であるが、2, 3, 4の場面において、相手プレイヤーを外側へと押し出そうとしていることが認められた。また、③のプレイヤーは、3, 4の場面で、相手のフェイントで逆をつかれるが、スタンスを広げ、肘を張ることによって、内側に入られるのを阻止していた。①のプレイヤーは、反対側の相手プレイヤーにスクリーン・アウトを行いRBを獲得していた。4, 5の場面で①のプレイヤーは足を踏み替えているが、ジャンプの最高点でキャッチしていた。この際、②, ③のプレイヤーは、①のプレイヤーが確実にボールを獲得できるスペースの確保に貢献していることが認められた。

これらのことから、スクリーン・アウトを行う際、ボールがリングに当たった瞬間にみられた①のプレイヤーのように、スタンスを広げ、肘を張ることの大切さが観察された。

また、自分が獲得できない時は、獲得可能な味方のためにスペースを確保するというプレーも重要である。

## 6. 指導法開発の指針

RB獲得成功時・失敗時のパターン分析から、①スクリーン・アウト、②チップアウト、タップ技術、③ジャンプのタイミング、④ポジショニングの4点がRB獲得のために重要と考えられた。また、これらのRB獲得技術を向上させるための練習指針は、本研究の結果や成書<sup>1)2)3)4)8)9)13)</sup>を基に、以下の5点にまとめらるゝと考えられた。

- イ. スクリーン・アウトを行うための正しい姿勢を身に付けさせ、その体勢を維持させる。
- ロ. 相手プレイヤーよりも早くジャンプの最高点に到達するように、スクリーン・アウトを行ってから、足を踏みかえることなくジャンプができるようになる。
- ハ. 低身長のチームは、特にスクリーン・アウトを確実にに行い、チームで獲得することを意識させる。
- ニ. RB落下方向、落下距離について理解させ、落下位置を予測したポジショニングを意識させる。
- ホ. 正しいスクリーン・アウトフォームを身に付けさせ、その後、ジャンプのタイミング、空中姿勢の練習を行い、ゲーム形式の中でポジショニングなどに留意させながら練習を行う。

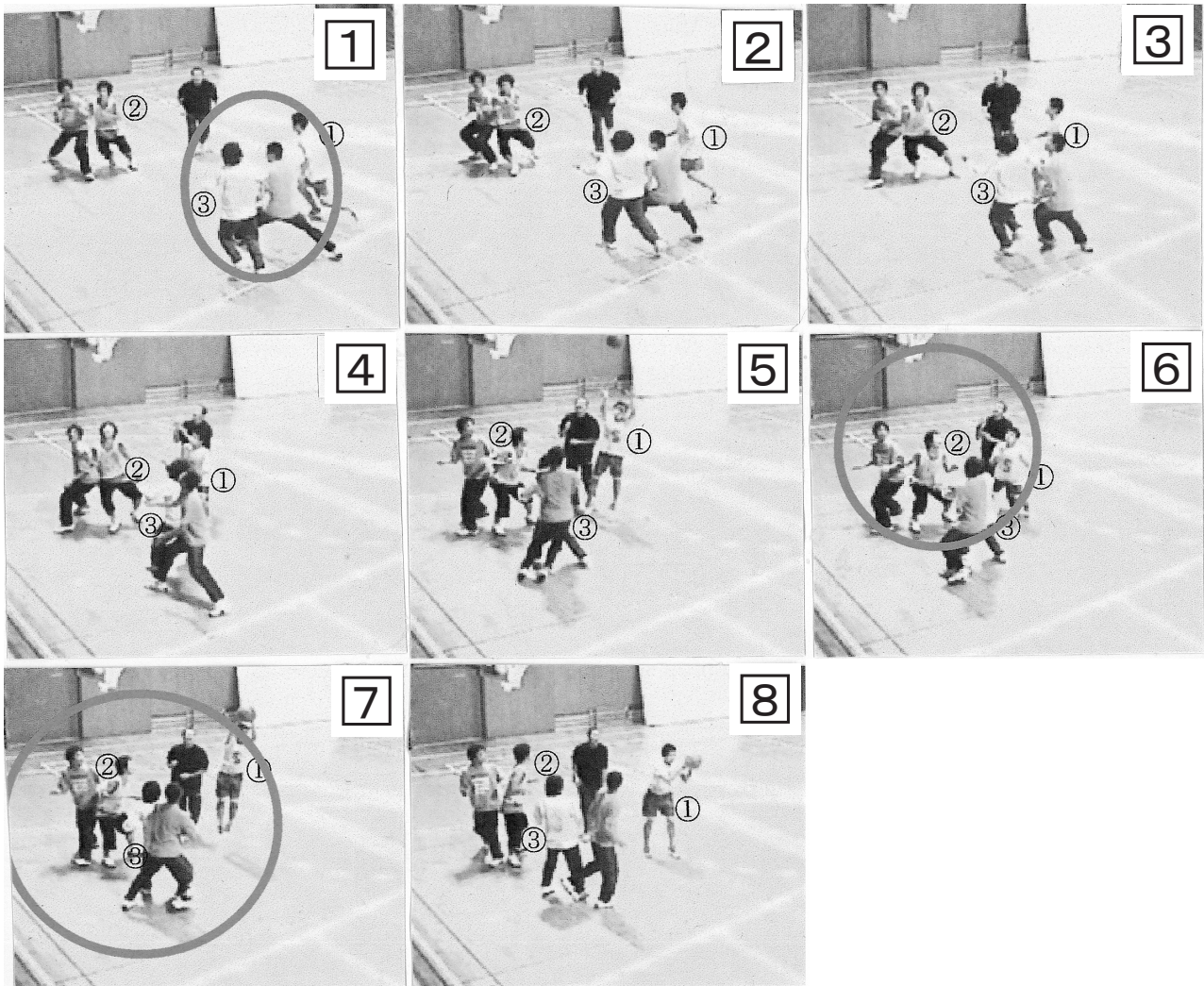


図16. スクリーン・アウトを行って獲得するパターン

#### IV. 要約

バスケットボールにおけるRB（リバウンドボール）獲得の様相と勝敗の関係を、大学選手の公式試合ならびに体格・技術の異なる群の実験的試合を対象に、明らかにするとともにRB獲得の方法を検討した。

- (1) RB獲得率の高いチームの勝つ確率は、88.8%と高かった。また、OR（オフェンス・リバウンド）・DR（ディフェンス・リバウンド）に分けてみると、それぞれ77.7%、94.4%を示し、DR獲得率が勝率と最も関係していることが認められた。
- (2) RB獲得率が高いにもかかわらず試合に負けているケースがみられた。この場合、シュート成功率、攻撃完了率、DR獲得率などが対戦相手よりも劣っていた。すなわち、試合に勝つためにはRB獲得とともに、シュート成功率、攻撃完了率を高める必要があることが示唆された。
- (3) RB獲得率の差と得点差との間には、 $y=2.52x-15.9$ ,

$r=0.74$ の有意な関係が認められた。また、この傾向は、OR獲得率 ( $y=2.72x-25.0$ ,  $r=0.73$ ), DR獲得率 ( $y=2.25x-12.2$ ,  $r=0.74$ ) のいずれにおいても認められた。

- (4) チームの総得点とRB獲得数との間に、 $y=1.64x+7.80$  ( $r=0.71$ ) の直線回帰式と有意な相関関係が得られた。また、RB獲得数とRB獲得からの得点との間にも、同様の関係 ( $y=0.65x-15.4$ ,  $r=0.75$ ) が認められた。このことは、RBを1本獲得することは、0.65点の得点に相当することを示している。
- (5) サイドからのシュートが外れた場合、RBはシュート地点の逆サイドに落下する傾向がみられた。また、シュート距離が遠くなれば、RBの落下点は遠くなる傾向が認められた。一方、中央からのシュートは、シュート距離に関わらず台形内に落下する率の最も高いことが認められた。これらの傾向は、実験試合においても同様にみられた。
- (6) 10cmの身長差は、RB獲得技術によって補い得るこ

とが認められた。また、低身長・熟練群がRBを獲得した方法として、スクリーン・アウトによる方法が最も多く、次いで、チップアウトする方法、タイミングよくジャンプする方法であった。

- (7) RB獲得のための技術要因は、①スクリーン・アウトを行い、RB獲得スペースを確保すること、②RB落下位置を予測し、RB獲得可能なポジショニングを取ること、③RB落下のタイミングをはかり、ジャンプの最高点でキャッチすること、④RB獲得が困難な時に自らに一度タップ、あるいは味方にチップアウトすること、の4点にまとめられた。

## 文 献

- 1) 吉井四郎 (1994) 私の信じたバスケットボール, V 大修館書店:東京, pp290-320.
- 2) 吉井四郎 (1986) バスケットボール指導全書1ーコーチングの理論と実際ー, 大修館書店:東京, pp302-311.
- 3) フランク・マクガイア (著) 古川幸慶・河合武 (訳) (1966) ディフェンシブ・バスケットボール, ベースボール・マガジン社:東京, pp39-42.
- 4) 嶋田出雲 (1980) バスケットボールのトレーニング, 大修館書店:東京, pp140-144.
- 5) 佐々木三男 (1980) バスケットボールのリバウンドについての一考察ー特に女子学生公式戦を対象としてー, 日本体育学会第31回大会号:583.
- 6) 八尾親司 (1988) 中学校保健体育科の授業分析に関する研究ーバスケットボールの技能と態度得点の変化の関係からー, 兵庫教育大学修士論文:29-34.
- 7) 鳴海寛・岩淵直作・佐藤光毅・渡辺弘・花田明彦・福田広夫・三浦一雄 (1979) オリンピック大会バスケットボール競技の身長と成績との関係についてー身長とリバウンドボール獲得本数ー, 日本体育学会第30回記念大会号:492.
- 8) 倉石平 (1996) 倉石平のディフェンシブバスケットボール, ベースボール・マガジン社:東京, pp90-95.
- 9) 森村義和 (1995) 見てわかるバスケットボール, 東西社:東京, pp86-91, 106-107.
- 10) 李宇載 (2002) バスケットボール, 池田書店:東京, pp176-179.
- 11) 高木力雄 (1985) バスケットボールにおけるリバウンドボールの方向予測, 宮城教育大学紀要20:75-85.
- 12) 高木力雄 (1986) バスケットボールにおけるショット地点とリバウンド地点の関係, 宮城教育大学紀要21:97-106.
- 13) 稲垣安二・日高明 (1974) 練習法百科 バスケットボール, 大修館書店:東京, pp51-58.