

バスケットボールにおける リバウンド獲得の実践知についての質的研究

Qualitative research in regards to the practice of
acquiring basketball rebounds

大 山 泰 史

Yasufumi OYAMA
大学院保健体育コース

鈴 木 淳

Jun SUZUKI
保健体育講座

(平成23年9月30日受理)

Abstract

It is targeted at the player who was excellent in rebound acquisition at the university which has joined to the Kyushu University basketball league in this research, The narration about the tips on rebound acquisition was analyzed using the qualitative research technique of Grounded Theory Approach, and it aimed at investigating for what kind of experience it has acquired what kind of cause and background how, was technology mastered or exist there.

As a result, a big category called a process until it acquires proper use of rebound technology and rebound technology in rebound acquisition, and the sense of values in rebound existed, and it drew improvement in the number of rebound acquisition by fusion of theory and practice from there.

It was possible that rebound acquisition requires the knowledge over fundamental technology, and the place which can practice it.

Moreover, it is thought that the knowledge acquired by investigating tips and feeling of the player who was excellent in this way is what can fully be returned to the spot of instruction.

If the timing of future and also a motion, and how to treat the body and the view over each situation are investigated, it will enable many players for acquisition of rebound acquisition technology to be further sharable.

Keywords : basketball, rebounds, qualitative research, Grounded Theory Approach, tips

I. 緒 言

1. バスケットボールにおけるリバウンド研究の 必要性

バスケットボールは、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(日本バスケットボール協会, 2002)。このようにバスケットボールにおけるシュートに対する比重は、高く感じられる。シュートされたボールは、リングへと向かいその後、成否が問われる。シュートが成功した場合は

表 1 第 17 回全九州大学バスケットボールリーグリバウンド順位

順位	大学	選手	身長(cm)	リバウンド数
1	F	A	188	93
2	T	B	186	76
3	T	C	195	74
4	S	D	191	52
5	S	E	185	50

表 2 対象者のプロフィール

大学時代の個人成績

- ・ 第 16 回全九州大学バスケットボールリーグ リバウンドランキング第 3 位
- ・ 第 17 回全九州大学バスケットボールリーグ リバウンドランキング第 1 位
- ・ 第 14 回日本学生選抜バスケットボール大会 九州選抜
- ・ 第 15 回日本学生選抜バスケットボール大会 九州選抜

スローインからプレイがスタートするが、シュートが成功しなければこのボールの所有はどちらのものでもなくなり、中立のものとなる。この中立状態のボールのことをリバウンドボールと呼ぶ。このボールの所有をめぐる攻撃と防御の切り換えの優劣と戦術内容が試合の勝敗に大きく影響する（日本バスケットボール協会，2002）。このようにリバウンドボールの獲得が試合に大きく影響を及ぼし、シュートと同様にバスケットボールにおいて重要であると言える。さらに、シュートされたボールのうちの半分はリングを通過せずにリバウンドボールになる（日本バスケットボール協会，2002）事からリバウンド状況の多さが伺え、リバウンドボールの獲得の必要性が言える。

このように、バスケットボールにおいてリバウンド獲得が重要であることから、どのようにしてリバウンド獲得数を向上させることができるかということを研究することは、ゲームの勝敗に影響を及ぼす。そのため、バスケットボールにおけるリバウンド研究が必要であると言える。

2. リバウンド研究における質的研究の必要性

これまでもリバウンド獲得においては、多くの研究がなされてきている。従来の研究方法の多くは、情報を数量化し、統計処理することによって客観的に評価するという手法で行われてきている。この手法では、結果を量的に評価することができても、プレーヤーの個々の技術や技術獲得の背景、価値観などを知ることが困難である。

しかし、実際の現場においては、技術を習得するための背景や過程について知れることを必要と

している感じが強く、技術をどのように指導するかということや、どのような技術を指導したら良いかということは現場における永遠の課題であると思われる。そこで、優れた選手から技術習得における背景や過程を得ることは、非常に有用なことであると考えられる。

3. 本研究の目的

本研究は、リバウンド獲得に優れた選手が、なぜ、リバウンドを多く獲得できるのかということに着目した。その中で、どのようにして技術を習得したか、そこにはどのようなきっかけや背景が存在するのか、どのような経験を得てきたかを調査することを目的とした。

これらの事を知るためには、優れた選手がこれまでに経験してきたことやコツを明らかにすることが必要である。球技選手における個人戦術の実践知は、スポーツ現場で使われている「コツ」という言葉を手がかりにアプローチできる（會田，2008）。このように述べられていることから、実践知を知ることが本研究の目的を達成するためには不可欠である。

II. 方 法

1. 対象者

対象者は、九州大学バスケットボール連盟へ加盟している大学で、リバウンド獲得に優れた選手である。表 2 に対象者のプロフィールを示した。また、表 1 に第 17 回全九州大学バスケットボールリーグにおけるリバウンドランキング上位 5 名の

表3 研究手順

手 順	内 容
手順1	インタビュー内容の文章化
手順2	データの切片化
手順3	切片化したものを分析シートに貼り付ける（表計算ソフト Excel）
手順4	プロパティとディメンションの書き出し
手順5	ラベル名を付ける
手順6	カテゴリーにまとめる
手順7	カテゴリー同士の関係を捉えるカテゴリー関連図の作成
手順8	ストーリーラインの作成

身長とリバウンド獲得数を記載した。表1のA選手が今回の研究対象者であるが、他の選手に比べ長身でないのにも関わらずリバウンド数が多い。この事は、A選手がリバウンド獲得において優れた技術を持っていると判断し、本研究者が研究目的を達成するために協力依頼したものである。

対象者には、研究の趣旨を十分に説明し、調査への協力を依頼し了解を得た。

2. インタビュー調査内容と方法

調査対象期間は、対象者がバスケットボールを始めた時（小学校2年生）から現在（大学3年生）までの期間とする。

調査内容は、リバウンド獲得における技や動きのコツ、コツを獲得するまでのプロセス、コツ獲得後の変化、コツの伝達など（中込，2003）を中心として行った。インタビューは、本研究の執筆者が行った。すべての発言は、ICレコーダーを用いて録音した。また、インタビューの間では、対象者の語りに敬意と好奇心を持って挑むこと、語りに対して先入観を持たずに共感する態度を持ち合わせることを心がけた（武藤ほか，2004）。調査は、2011年2月9日から2011年2月24日の間に行った。

3. 分析方法

対象者に対して行ったインタビューで、ICレコーダーに録音した全ての発言内容を逐語録として文章に起こした。次に、対象者の発言の意味内容を全体として十分に理解できるまで熟読した。

そして、質的研究のデータ分析法であるグラウンデッド・セオリー・アプローチを用いて、表3の手順1から手順8までの手続きを経てデータ分析を行った。本研究において、手順4から手順8において幾度も比較を行いカテゴリー概念の生成、ストーリーラインの作成を行った。

また、手順4や手順8に関しては、発言の意味や内容を恣意的に変換されていないかどうかを確認するためや多様な角度から言葉の意味を捉えるために研究者以外の者1名に協力を依頼した。本研究者は、財団法人日本バスケットボール協会公認コーチの資格を保有している。さらに、研究協力者1名も同じく資格を保有しており、バスケットボールの技術・戦術研究に従事している者であった。これらの手続きによってテキストの信頼性と妥当性を高めた。

Ⅲ. 結 果

以下に、A選手のインタビュー調査から分析したものの結果をまとめた。なお、文中の「」内は、テキストのそのままの言葉で、（）内は、研究者の補足である。

1. リバウンド技術の使い分け

A選手は、リバウンドを獲得する際に意識して技術の使い分けを行っている。リバウンド技術については、図1に日本バスケットボール協会が発行している指導書であるバスケットボール指導教本を参考にリバウンド技術がどのように分類されているかを分類したものである。これとA選手がインタビュー中に使い分けに述べているものを以下に取り上げた。

1) ボックスアウト

ボックスアウト（リバウンドに入ろうとする相手に対して、自分の体の背面や側面を相手にぶつけて相手の動きを封じる技術）に関して、「（リバウンド獲得で行う事で）当たり前のことは、ボックスアウト」というぐらいボックスアウトについて、リバウンド技術の中でも重要としている。A選手は、ボックスアウトの使い分けを行っており、

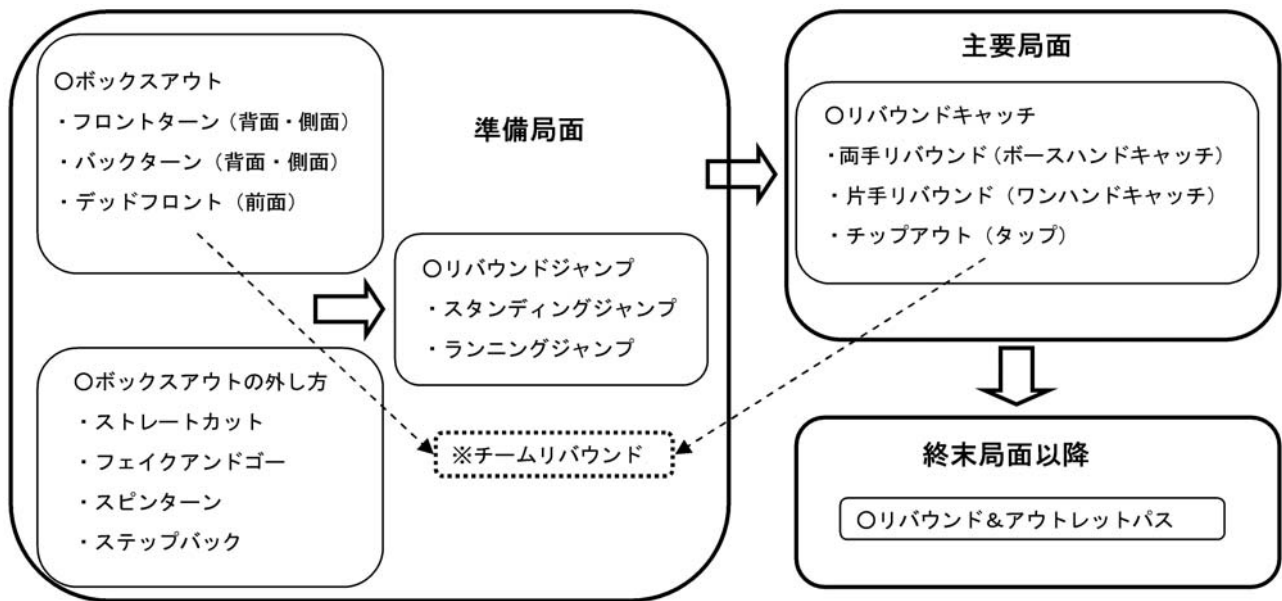


図1 リバウンド技術における分類図

背面や側面を使って行うものと前面を使うものと二通りボックスアウトの技術の使いわけを行っている。

この使い分けの違いは、普段の相手に対しては、フロントターンやバックターンのような背面や側面を使用する。しかし、自分よりも長身であったり体格に有利な選手に対しては、デッドフロント（ボックスアウトと異なり体の前面を相手にぶつける。前面をぶつけるために自らリバウンドを獲得することが困難）を使用する。A選手は、デッドフロントの技術は、「相手チームに留学生がいて」というように高校時代に留学生と対峙した際に、相手のリバウンド獲得を阻止するため身に付けた技術である。

また、ボックスアウトのコツとしては、「（シュートを）打ったら体をつけるっていう習慣づけ」と述べている。つまり、体をぶつけることに対して慣れる必要があり、習慣化することが大切である。

2) リバウンドジャンプ

リバウンドジャンプ（リバウンドに参加する際のジャンプ）についてA選手は、スタンディングジャンプ（主にディフェンスリバウンド時に用いて、リングに近い場所から跳ぶことになる）とランニングジャンプ（主にオフェンスリバウンド時に用いて、比較的リングから離れた位置から跳び込む）の二種類を使い分けている。A選手は、「スタンディングジャンプでのリバウンドが今まで多かった」と述べているようにスタンディングジャンプを多用することが多いようだが「ランニ

ングリバウンドに参加すればリバウンドの数が増えるんじゃないかと思う」と述べられていることからランニングリバウンドの必要性が伺える。

また、リバウンドジャンプにおいて長身選手とリバウンドボールを争う際には、相手よりも先に跳ぶことを意識している。この事は、「相手より先に跳んで、先にアクションを起こさないと」と述べていることから伺える。

3) リバウンドキャッチ

A選手は、リバウンドキャッチの使い分けに関して強いこだわりを持っているようで「とりあえずもう両手でボールに跳び込む」と述べているように両手リバウンドを強調している。片手リバウンドに関しては、「片手でリバウンドに跳び込んだら弾かれて」とあるように片手リバウンドのデメリットの部分を述べており、極力両手リバウンドで参加するように心がけているようである。

また、チップアウトは、ボックスアウトの技術であるデッドフロント同様に長身選手相手にリバウンドを獲得させないように用いている。A選手も「片手を使うときは、ほとんどチップしてからもう一回取ったりとかチップアウトする」と述べているように、どうしても片手でリバウンドに参加した際にチップアウトを用いているようである。

2. リバウンド技術を獲得するまでのプロセス

A選手がリバウンドを獲得する技術をどのようにして習得してきたかという、練習で行ってきたことを実践形式のゲームで用いて少しずつ修正

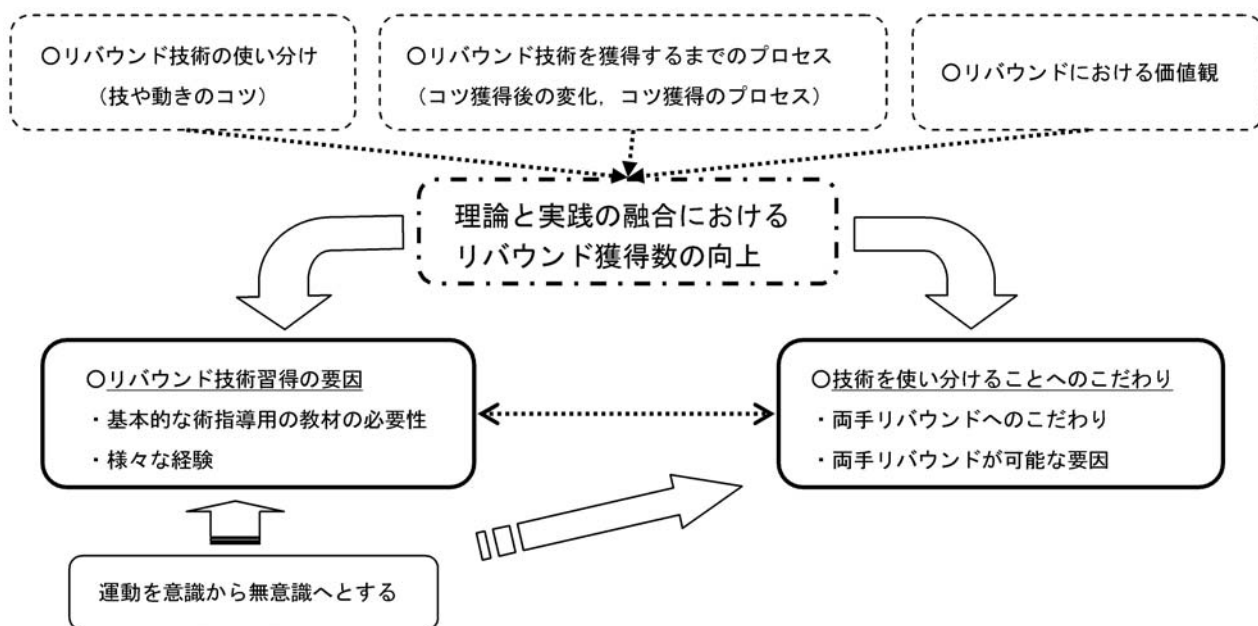


図2 リバウンド獲得におけるカテゴリー関連図

することで自身の技術としてきたようだ。この事は、A選手の技術習得の経緯からも言う事ができる。

まず、中学生時代の遠征先のゲームで「監督のリバウンドだけやればいいという言葉信じてリバウンドだけやろうと思った」その結果、リバウンドを獲得できるようになってきたことや高校生のときに留学生と試合をしてデッドフロントやチップアウトの技術を身に付けられた事も実際のゲームを通して得た技術である。また、「感覚を自分の中で作っていかないといけない」とあるようにゲームの中で理論や理屈だけでは述べるのでできない感覚の部分というのは考えただけでできるのではなく、実際の緊張感あるゲームで相手と対峙し肌身を通して感じるにより、研ぎ澄まされていくものである。そして、ゲームで感じたことを練習で反復することで習慣づけが行われてゲームで使える技術となっていくのである。

さらに、「反復して取れなくてもトライしてトライすれば見えてくる」この発言からも感覚を高めていくために実践を通しての経験が最も重要であり、そのためには、リバウンドに参加することやリバウンド回数を多くするという事が肝心である事を述べている。

3. リバウンドにおける価値観

リバウンドには、オフェンスリバウンド（攻撃時のリバウンド）とディフェンスリバウンド（防御時のリバウンド）が存在する。A選手は、リバ

ウンドの中でも特にディフェンスリバウンドを重要視している。この事は、「ディフェンスリバウンドは（取って）当たり前」「ディフェンスリバウンドを取れなければオフェンスは始まらない」と述べていることから、確実にリバウンド獲得を行わなければいけない使命感にかられている。

一方、オフェンスリバウンドに関しては、「プラスアルファ」と述べているように獲得できたらいいだろう。という感じでディフェンスリバウンドに比べて重要度が低くなる。しかし、大学でプレイしていると「オフェンスリバウンドがチームのリズムを良くすると実感した」と述べていることからオフェンスリバウンドへの重要度が以前より高くなったことが分かる。そして、このオフェンスリバウンドの獲得数の増加がリバウンド獲得総数の向上に繋がったとしている。

また、自身がリバウンド技術の中でデッドフロントやチップアウトなどを使用しているがこれらの技術だと自身のリバウンド獲得数に繋がらないが、チームとしてのリバウンドになるという意識を持っており、A選手自身も「リバウンド数的には自分には付かないんですけど、マイボールになるならオッケー」と自チームがボール保持できるのであれば良いと考えておりチームリバウンドの意識を高く持っている。

IV. 考 察

結果を元に、図2にカテゴリー関連図を示した。

このカテゴリー関連図は、結果から大きく3つのカテゴリーに分けられ、リバウンド獲得において理論と実践の融合の重要性を見出した。そこから、リバウンド技術習得の要因についてと技術の使い分けへのこだわりが影響していると考えられる。

また、運動における技術習得の要因として、運動を無意識で行う段階へする必要性があると考えられる。

理論と実践の融合におけるリバウンド獲得数の向上

1. リバウンド技術習得の要因

リバウンド技術の習得に関して、インタビュー調査からも分かるようにA選手が述べている事は、多くの指導書や指導用DVDなどの基礎教材に見受けられる事が多かった。また、このような基礎教材に見受けられるようなことは、練習や試合においても指導者が常日頃から選手に声かけを行っていると思われる。つまり、基本的なことをしっかりと選手が理解し実践することがリバウンド獲得の可能性を十分に高めることができると考えられる。

しかし、このような技術は、頭で理解できても実際に行動に移せるかが重要な課題である。これを実際に可能にするためには、指導者からの指導だけに限らず自身で多くの対戦相手と対峙したことを体で感じ、感覚を養うことが必要であると考えられる。特にA選手のように留学生などの長身選手と対峙することで得られたものは大きな経験であると感じられ、指導者は選手に対して多くの経験とチャンスを与えられる環境を提供することが必要であると考えられる。

また、運動を学習し技能化するということは、ある意味で無意識化することと等しいとされている(太田・羅, 1999)。つまり、技術習得をするためには運動を無意識のレベルで行う必要性があるということであり、その無意識のレベルの運動がどのようにすればできるかという、意識的に行う運動は繰り返し学習するによって次第に精練化され、無意識的・反射的な技能へと変化していくとある(太田・羅, 1999)。よって、練習や実際のゲームなどで意識して運動を行うことで、運動が無意識的に行えるようになり自身の技術となっていくと考えられる。

2. 技術を使い分けることへのこだわり

A選手は、技術の中でもリバウンドキャッチに

おける両手リバウンドに関してのこだわりを強く示している。この事は、「全力で(リバウンド獲得に)両手で行って」や「両手で(リバウンドを)取ってしっかり巻き込む事が癖になりました」と述べていることから伺える。A選手が両手リバウンドへとこだわるのは、中学校の時に片手リバウンドをすると弾いて、ミスをしてしまうことが多く「片手で(リバウンドに)行くなっていることを先生に言われた」と述べているように、この時から極力両手リバウンドでリバウンドに参加するようにしているようである。

しかし、単にこの事を意識するだけで両手リバウンドができるかというそうではない。その要因の一つとして考えられるのは、シリンドー(プレーヤーがコート上で普通に両足を開いて位置を占めたとき、そのプレーヤーが占めている位置と真上の空間のこと)の広さにあると考えられる。シリンドーが広いという事は、体格的に横幅が広く、両足を広げたときの幅が大きいという事が考えられる。さらに、リバウンドにおいては相手との接触からシリンドーが狭くなりがちだが、その問題を克服し広いシリンドーを確保することで両手リバウンドを可能としていると考えられる。

V. まとめ

本研究では、九州大学バスケットボール連盟へ加盟している大学でリバウンド獲得に優れた選手を対象として、リバウンド獲得のコツに関する語りをグラウンデッド・セオリー・アプローチという質的研究手法を用いて分析し、どのようにして技術を習得したか、そこにはどのようなきっかけや背景が存在するのか、どのような経験を得てきたかを調査することを目的とした。

その結果、リバウンド獲得においてリバウンド技術の使い分け、リバウンド技術を獲得するまでのプロセス、リバウンドにおける価値観という大きなカテゴリーが存在し、そこから理論と実践の融合によるリバウンド獲得数の向上という事を導き出した。リバウンド獲得には基礎的な技術に対する知識とそれを実践できる場所が必要ということが考えられた。

また、このように優れた選手のコツや感覚を調査することで得られた知見は、指導の現場に十分に還元できるものであると考えられる。今後、さらに動きのタイミング、体の扱い方や一つ一つの状況に対しての考え方を調査していけばさらにリバウンド獲得技術の習得を多くの選手が共有でき

ることが可能となるであろう。

VI. 謝 辞

本研究の実施に際し、調査への協力を快諾し、
面接調査への対応をいただいた選手ならびに、関
係者の皆様に、心からお礼申し上げます。

VII. 参考文献

- 會田宏（2008）ハンドボールのシュート局面にお
ける個人戦術の実践知に関する質的研究：国際
レベルで活躍したゴールキーパーとシューター
の語りを手がかりに．体育学研究，53，61-74
- 會田宏（2011）ハンドボールにおけるコーチング
活動の実践知に関する質的研究—大学トップレ
ベルのチームを指揮した若手コーチの語りを手
がかりに—．コーチング学研究，24（2），107-
118
- 太田憲・羅志偉（1999）リズム協応運動の学習と
無意識化．電子情報通信学会技術研究報告，98
（671），17-21
- 鈴木淳（2011）バスケットボール審判員における
状況判断能力の実践知に関する事例研究．福岡
教育大学紀要，60（5）71-75
- 武藤隆・山田洋子・南博文・麻生武・サトウタツ
ヤ編（2004）質的心理学．新曜社，3-4
- 中込四郎（2003）面接調査の方法について．阿江
通良編 平成14年度スポーツ医・科学研究報告
No.Ⅲ ジュニア期の効果的指導法の確立に関
する基礎的研究—第3報—．財団法人日本体育
協会，3-4
- 日本バスケットボール協会（2002）バスケットボー
ル指導教本．大修館書店
- 戈木クレイグヒル滋子（2008）質的研究方法ゼミ
ナール—グラウンデッドセオリーアプローチを
学ぶ—．医学書院

