



ビデオ指導分析レポート

分析対象チーム	名称	長崎県 A 市立 B 中学校	
	カテゴリー	中学	
	性別	男子	
分析した試合または練習のデータ		2009 年 6 月 2 日中体連 A 市予選 2 回戦 B 中学 68×53 C 中学	
分析年月日	2009 年 6 月 5 日	分析責任者	Tex Winter

オフェンス分析

チーム全体に体力があり、試合終盤まで運動量が落ちずとても良くトレーニングされています。速攻も多く出ていて良いですが、速攻時のシュート確率を計算すると約 36%とかなり低く、非常にもったいないです。

ハーフコートオフェンスでは#5 のフォワードの選手の 1 on 1 が攻撃の中心になっているかと思いますが、彼の運動能力を生かしきれていません。例えば、第 1 ピリオドの 3 分 15 秒ごろに#6 の選手が、#5 のドライブと同時にゴールカットしたり、第 3 ピリオドの 4 分 38 秒ごろに#5 が 1 on 1 をし始めているときに#11 が pick & roll に行ったりしてチャンスをつぶしています。

また、同じくハーフコートではボールがトップオブザキー(注 1)の周辺にある時間が長く、ディフェンスをうまく崩せていません。

#7 のインサイドの選手は上背がないものの粘り強くリバウンドに飛んでおりこのチームには欠かせない選手ですが、シール(注 2)をもう少し多めにしてインサイドからのオフェンスの起点にしたいところです。

#4 のガードの選手はスピードが持ち味だと思いますが、プレスされた時にキープ力がやや弱くまた視野が狭くなりうまく運べていません。

また相手がゾーンの時にほとんど崩せていません。特にローポストへのパスが、パススピード、パスの種類、パスが通るか否かの判断など、もう少し練習が必要です。例えば、パスの判断でいうとローポストへのパスの原則は 45 度より下にボールを落としてから狙うのがセオリーです。そのあたりを徹底する必要があります。



ビデオ指導分析レポート

ディフェンス分析	メインのディフェンスはハーフコートマンツーマンですが、ヘルプが速く、相手のドライブをかなりうまく止めています。 ただヘルプに頼り過ぎているのか、ボールのディフェンスがやや弱いようです。 またオフボールのスクリーンがほとんど守れていません。スクリーンへの対応についてチームでの決まりが徹底されていないような印象です。まず原則を決めることとスクリーンボイスを出すことから始めると良いかと思います。 オフェンスからディフェンスへの切り替えは非常に速くとても良いトランジションです。
その他の分析	エースの#5の1 on 1は、多くがゴールに向かって右サイドから右に1~2つドリブルして角度の少ないところからの約5mの距離のジャンプショットです。ドリブルせずに打つことがほとんどありません。ボールをもらってそのまま打つプレイと、左へのドリブルを覚えるとプレイの幅が格段に広がるでしょう。 またこのショットが落ちる場合は、逆サイドの角度のないところがほとんどになります。インサイドの#7が早めにここのリバウンドポジションに入ることを確認すると良いでしょう。 チーム全体のフリースローの確率があまり良くありません。その一因はボールをもらってから打つまでが早すぎることにありそうです。まずリングをしっかりと見て、もう少し時間を使って打った方が確率が上がると思います。 それとチーム全体としてほとんどシュートフェイクをかけることがありません。シュートフェイクをかけるべき時を知るともっと得点できるようになると思います。 そして第2ピリオドのタイムアウトはちょっと遅かったようです。二つ前のプレイのターンオーバーの時にタイムアウトをとった方が傷口は浅く済んだかも知れません。前半は早めに取りるのがセオリーです。



ビデオ指導分析レポート

今後に向けて

ここまで書いたこともあわせてまとめます。

チーム全体としてパススピードのアップを心がけると良いと思います。

また速攻時のシュート確率をあげたいです。おそらくランニングシュートのリリースがちょっと早いのと、シューターへのパスがやや前過ぎるのが原因と思います。

フリースロー確率をあげたいです(原因と思われることは前述)。

そしてゾーンアタックの練習をしたいです。まず前述のようにローポストへのパスをしっかりとできるように練習し、またスイング(注 3)を徹底しましょう。そして、シューター#5 に打たせるための#7 からのインサイドアウト(注 4)も有効だと思います。ある程度動きをパターン化した方が良ければ、1-3-1 セット(注 5)などでハイローやオーバーロードを使うことも有効でしょう。

また前述のようにシュートフェイクを覚えたいです。

ガード陣は、キープ力、突破力、視野の拡大が課題です。1 on 2 などを徹底すると良いでしょう。またボールをフリースローラインの延長よりも下のエリアに下げることが意識させたいところです。

センター陣は、1 on 1 のスピードアップとシュートエリア拡大が有効でしょう。これは高校以降にもつながります。

ディフェンスでは、ボールへのプレッシャーとスクリーンへの対応が喫緊の課題です。前者については脚力はあるだけにそれほど時間はかからないと思います。後者は長い目で取り組む必要があるでしょう。

次の試合での好結果を期待しています。

(注 1) トップオブザキー：フリースローサークルの上方付近のエリア
(注 2) シール：いわゆる面を取ること。通常ゴールを背にしてボールをレシーブできる態勢を作ることを指す。
(注 3) スイング：ボールのサイドを変えること
(注 4) インサイドアウト：インサイドのエリアに一度ボールを入れてからアウトサイドにボールを出して外角シュートを狙うこと
(注 5) 1-3-1 セット：ハーフコートオフENSEの始まりの時に 5 人が 1 人—3 人—1 人というように立つセットの仕方。