

バスケットボールの パスフォーム分析

東京情報大学 総合情報学部
情報文化学科 石井ゼミ 4年
C06123 西尾 将吾

目的

バスケットボールにおいて、シュート、パス、ドリブルは重要な要素である。

その中でパスに注目し、経験者と未経験者で違いがどのようにできるか分析した。

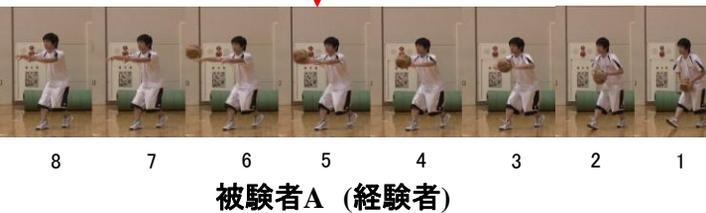
本研究では被験者の左膝と重心に注目した。

被験者データ

	身長(cm)	体重(kg)	経験歴(年)
被験者A	171	73	12
被験者B	168	53	0

結果①

リリースポイント



パスは重心を低く、身体全体で前へ押し出す。¹⁾
などの記載から 図②、③から経験者の被験者Aは未経験者の被験者Bにくらべ、膝を曲げて重心も下がっていた。

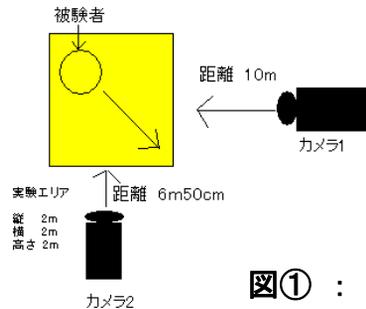
考察

パスの時パワーを与えるには、身体全体の重心移動、特に下半身の力が重要であるといわれている。¹⁾

図③から、経験者の方が未経験者に比べて重心が低い位置にある時間が長くあるため、上記を実践しているとおもわれる。

実験方法

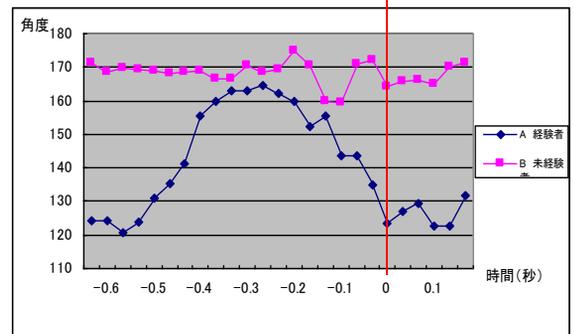
下図の実験エリア内でパスをださせ、そのフォームを2台のカメラで撮影し3次元分析をした。



図① : 実験エリア

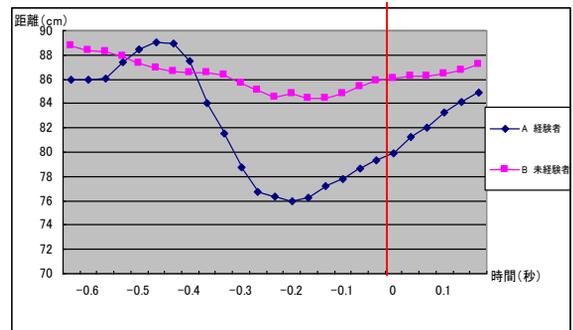
結果②

リリースポイント



図② : 左膝角度変化

リリースポイント



図③ : 重心の上下変化

参考文献

- 1) 佐古賢一著 新星出版 2006年
バスケットボールパーフェクトマスター
- 2) 倉石平著 ベースボール・マガジン社 2000年
倉石平のバスケットボールファンタメンタルドリル