

平成 27 年 8 月 26 日

南の風 144

南部ミニバスケットボール連盟
会 長 藤原 敬一

前号の続きです。

ボール運びのスキルとして、5人の基本的な動きを指導することは大変重要です。なぜならミニバスの選手にとっては、スペース（空間の支配）の取り方や利用の仕方を学ぶチャンスになるからです。

例えば、インフロントカットによるスペースの利用から、アウトナンバー（数的優位）をつくることです。「カットをすることによって、2対1や3対2になるんだ」ということを、選手が把握することになります。軽くダミーディフェンスを付けるとな分かり易くなります。（人やボールが動くことで、スペースができることが実感できる）

練習の中に、2対1や3対2の攻め方を取り入れているチームも多いと思いますが、事前に、上記したように数的優位のつくり方に触れておくと、選手は**練習の目的を理解し易く**なります。

さて、ここでエントリーについて私の考えを書きます。ミニバスでは、ドリブルエントリーが非常に多いと142号に書きました。繰り返しますが、ドリブルエントリーが悪いというわけではありません。不用意な目的のないドリブルは、ディフェンスのトラップやカットを受け易くなります。

パスエントリーの基本です。143号に書いたことは割愛します。

フロントコートへのボールの入れ方が大切です。ミニバスではこの時にボールを失い、ターンオーバーになる確率が高くなります。レシーバーは、ボールマンとアイコンタクトし、**何処でボールがほしいかターゲット**します。ここができていないことが多いのです。マンツーマンディフェンスの場合、自分に付いているディフェンスの状態を常に把握しておかなければなりません。もちろんパスサーもレシーバーのディフェンスの動きを確認します。

エントリーの肝の部分です。レシーバーのカットです。ディフェンスの振り切り方です。Vカットやアウトサイドカット、ポップアウトが必要です。ディフェンスの動きを感じながら、カットしたり、ストップしたりして、振り切ります。（振り切る瞬間にパスが来ることか理想です）

そしてパスサーとの合わせです。合わせで大事なことは、**レシーバーが声を出しターゲット**することです。ここがいい加減だと、パスカットされたり、パスミスになったりします。

この一連の練習をしっかりやっておく必要があります。エントリー（これから攻撃を始めますというプレイ）の練習はぜひ取り上げてください。選手にとって意外と難しいものです。

エントリーパスがつながった場合、ランナー（先にフロントコートに入ったプレイヤー）との合わせも練習しておくと、アウトナンバーの攻撃につながります。142号で触れたように、ランナーはボールが来ない場合、エンドラインまで走り逆サイドのランナーとエクステンジするか、スペースを見てエルボーフラッシュします。ボールエントリーされた逆サイドのつなぎのプレイヤーは、ランナーがエルボーフラッシュして空いたスペースにカットします。エクステンジがあった場合は、エントリーパスを出したプレイヤーとポジションチェンジします。もし、インフロントカットした場合は、トップのポジションに移動してスペースを埋めます。

次号は中学校の全国大会観戦記を書きます。