

平成 28 年 10 月 14 日

南の風 203

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

私自身、自分のチームでスクリーンディフェンスを指導していて一番感じることは、『初動の大切さ』ということです。

スクリーナーのディフェンスは、自分のマークマンの動きにスクリーンらしきものがあつた場合、躊躇せずに「ピック!ピック!」と叫び全力でついて行きます。(結果がスクリーンでなくても構いません)ここで遅れてしまうとスクリーンプレイに掛かる確率が非常に高くなります。スクリーナーが、インサイドスクリーンには行かずに、ユーザーに自分のディフェンスをぶつける、アウトサイドスクリーンに行くこともあります。ですから兎に角早めに、ユーザーのディフェンスに知らせることが何より大切です。そしてユーザーのディフェンスは、「ピック!ピック!」の音が聞こえたら、向きを変えて準備します。私のチームでは、「ピック!ピック!」のあとにスクリーナーのディフェンスが、「フラット!」「ハード!」「トラップ!」の声を掛けるように指導しています。まだまだできるようなにはなってはいませんが、『声』を出す習慣をつけたいと思っています。もちろん予め指導者が、相手のスクリーンプレイをどう守るかを(スクリーンディフェンスの形態)選手に伝えておくことは言うまでもありません。

次に大事なのが、ユーザーのディフェンスの『スクリーンの外し方』です。スクリーナーのディフェンスの「ピック!ピック!」の声とともに向き変えをしながら、常にファイトオーバーを意識します。ショウハードの約束の時でも、そのままファイトオーバーに行く『気持ち』を持つことです。

スクリーンの外し方の基本は、向き変えからフロントターンの要領で、後ろの足を抜くようにしながらユーザーを押し上げるように付いて行きます。また、その時にフロントターンした方の手で、『上から下へ空を切るように』します。こうすることでコースが取れ、付いて行き易くなります。

最後に『ジョイント』です。ショウハードにしても、ショウフラットにしても、お互いのディフェンスの意思の疎通が欠かせません。ちょっとしたためらいが得点に繋がってしまうからです。繰り返しますが『声掛けによる早目の対応』が重要です。

具体的に説明します。例えば相手が、ピック&ダイブで攻めてきたとします。ショウハードで対応します。その際スクリーナーのディフェンスがユーザーを押し上げ、ダイブしたスクリーナーに戻るタイミングと、ユーザーのディフェンスがユーザーに付き直すタイミングを合わすことが大切です。タイミングがズレてしまうと、ダイブしたオフェンスにボールが入ってしまうか、ユーザーのドライブやロングシュートを許してしまうこととなります。(ミニバスでは、ロングを打たれることは止むを得ません)この『ジョイント』の部分は繰り返し練習して、2人のタイミングを合わす必要があります。

スクリーンディフェンスについて書きました。何回も言うようですが、スクリーンプレイ自体が、たいへん『合理的なプレイ』です。合理的に攻めて来るのですから、守る方も『理』を持って対処しなければなりません。私はミニバス時代に、スクリーンプレイやスクリーンに対するディフェンススキルに挑戦することを奨めます。なぜなら『バスケットボールIQ』をどんどん高めることができるからです。また『できる、できない』はさておき、状況判断力を磨くことになるからです。