

南の風 85

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

84号の続きです。B氏が言っている悩み（繋ぐプレーでのつまずき、要するにパスミスやボディコントロールがうまくいかず、肝心な合わせのプレーやメインとなるオフェンスプレーができない。）は、ミニや中学では、どのチームも抱えている課題でもあります。

バスケットボールの指導においては、ステージ型で段階的に積み上げていく指導法では、難しい面があります。なぜならバスケットボールというスポーツが、ハビット（習慣性）なものであり、1つ1つのスキルをスパイラルに指導することによって、徐々に定着していくものだからです。ですからB氏とも話したのですが、合わせのプレーやパターンオフェンスを指導する場合は、選手にまず全体像を示すことによって、動きを理解させることが大切です。そしてそのプレーに付随する、パスやドリブルや対人スキルは、その合わせのプレーの指導中にやるものと、別途ピックアップしてやるものとに分ける必要があります。ファンダメンタルなスキルを、合わせのプレーの最中に、細かく指導することは効率的ではないと思います。この辺の塩梅が指導者に問われるところですよ。

さて、中学の指導者の方との話し合いの中で、もう1つ話題になったことがあります。紹介します。

「**僅差のゲームを勝ち抜くためにはどうしたらよいのか。**」ということですよ。

順を追って話を進めましょう。まず、どの位の点差を僅差というのか、ということがあります。いろいろ考え方はあります。10点差位でも僅差と呼ぶ場合もあるでしょう。プレスなどで追っかけて、うまくはまれば一気に逆転も可能になるからですよ。

しかし、ここでは僅差を1～2点ということでは考えことにします。よく、僅差で負けた場合は「ベンチの責任がすべて」などということがあります。これなどは、「ベンチワークで僅差はなんとかなる」という考えが根底にあるのではないかと思います。

私の考えを書きます。ケースワークで進めます。

①1Qからずっと接戦でしのぎ合って戦い、4Qに入った場合（同点か1～2点差）

このシチュエーションでは、実力伯仲と見えます。ならばディフェンスに全精力を注ぎ、無駄な失点を断固防ぎます。ファールをケアしながら、マンツーマンでもゾーンでも、5人が協力して守ることを徹底させます。なぜディフェンスかということ、接戦の緊張状態では、オフェンスは「**あてにはできない**」ということですよ。オフェンスをあてにしてシュートを外した場合の、逆速攻が怖いんですよ。もう1つは、オフェンスでもディフェンスでも、必ずリバウンドに行くことですよ。もちろんディフェンスでは、ボックスアウトですよ。「絶対守りきる」という強い気持ちを持たせたいですよ。

オフェンスの指示としては、まずシュートは「**踏ん切りよく打つ**」ことを徹底します。後先を考えずに「スパッ」と打ちます。次に1対1ができるのに（低学年や経験の浅い選手がボールを持った場合は別ですよ。）**パスを探してパスカットされることは、絶対に避けなければいけません。**実際のゲームでよくあるパターンですよ。最後に大事なことは、**オフェンスリバウンドに飛び込む**ことですよ。取りに行くのではなく、力強く飛び込むんですよ。　　続きは次号にします。