平成 26 年７月２９日

南 の 風 ７０

南部ミニバスケットボール連盟
会　長　　藤原　敬一

南部連盟主催の、第３５回マリンボールカップ男子の部が、２７日（日）に金沢スポーツセンターで行われました。

今年も、関東エリアと静岡県からそれぞれの県を代表するチームが来浜しました。県内からもそれぞれの地区を代表するチームが参加しました。

結果は下記の通りです。

Ａゾーン　優勝　川上北ブルーデビルス
　　準優勝　荏田南フレンズ
Ｂゾーン　優勝　中沢ミニバスケットボールクラブ
　　準優勝　長泉ミニバスケットボールスポーツ少年団（静岡県）
Ｃゾーン　優勝　横浜南部選抜チーム
　　準優勝　八千代ミニバスケットボールスポーツ少年団（茨城県）

以上です。くわしいことは、横浜南部連盟のホームページをご覧ください。

総評を書きます。オフェンスで印象に残ったのは、シュートセレクトがしっかりできているチームが増えたことです。もちろん決定率も高かったです。ディフェンスの状態を瞬時に把握し、ドライブで入っていくか、フローターで打つか、ユーロステップでかわすかなどの判断が見事なプレイヤーが目立ちました。選手の能力ももちろんでしょうが、日々の練習の中で、対人のシュート練習をきちんとやっている成果ではないかと感じました。

この南の風でも何回もとりあげましたが、バスケットボールは何といっても**『シュート』**なのです。シュート練習をどう取り入れていくのかが、コーチの大切な役目の一つです。もちろん**実態を見て**、プライオリティを考えることを忘れてはいけません。シュートのファンダメンタルは何か？　コーディネーショントレーニングとの兼ね合いは？　対人を入れながらのシュート練習をどう位置付けるか？　などを考えて、練習メニューを組み立てることをお薦めします。

一方ディフェンスでは、相手の得意なプレーを協力して封じることができているチームがありました。要するに**『５人が協力して守る』**ことです。初めて対戦するチームもあった中、相手のオフェンスにアジャストできていたのは見事でした。マンツーマンの場合、一人ひとりが相手を押えこめば強力なディフェンスになるのですが、現実はそうはいきません。そこで５人の協力が必要になります。抜かれた場合のヘルプやローテーション、そしてボックスアウトまで考えておくと強固なチームディフェンスが出来上がります。

最後にゾーンディフェンスについて書きます。ゾーンディフェンスを使っていたチームが何チームかありました。ゾーンを使うことは悪くないのですが、ノーマルゾーンかマッチアップゾーンなのかはっきりしないため、中途半端なディフェンスになっていました。要するにエリアを守るのか、それともエリアの人を守るのかが徹底していなかったのです。　　ゾーンについては次号で触れます。