

平成 26 年 12 月 1 2 日

南の風 92

南部ミニバスケットボール連盟

会 長 藤原 敬一

91号の続きです。(3点差、残り30秒、相手ボールという設定です。)

チームファールが4ファールになっている場合は、ファールは厳禁です。時計を止めて得点を許すことはあってはなりません。足を十分に使って、相手のシリンダーを侵さないようにディフェンスすることを徹底しましょう。ボールマンディフェンスは、抜かれそうになったらタイトに付いて、なるべく悪い体勢でシュートを打たせましょう。ヘルプ&ローテも忘れてはいけません。そして、何より大事なことは、**必ずリバウンドに行く**ことです。リバウンドが取ればしっかりボールキープして、ガードがボールコントロールしましょう。もし、リバウンドを取られたらタイトに付いて、相手の視野を潰しシュートを阻止します。**この時ファールに注意**しましょう。(こういうところを練習しておくことが大切です。)**「こんな細かいことまで」**と思うかもしれませんが、何回か経験しておくことが危機的な状況の時に役立ちます。(特にミニバスや中学、高校ではやっておく必要があります。)

シュートを決められたら、ためらわず速攻です。相手はオフェンスに気持ちが集中していることが多いです。フロアバランスが崩れていることがあります。ランナーが走っている場合はロングパスです。パスを受けたプレイヤーは、ノーマークならもちろんシュートです。ディフェンスが戻っていれば、無理をせず時間を使ってタイムアップを待ちましょう。ミニバスの場合、ガードがパスミートしてボールコントロールしましょう。しっかりピボットを使ったり、パスフェイクを入れたりして安全にボールキープしましょう。

以上2つの例を挙げて書きました。ゲームでは、このほかにもいろいろな危機的状況が出てきます。大事なことは、条件設定をして練習しておくことです。プレイヤーがパニックになることを少しでも回避しておくことがコーチの使命です。ぜひ取り組んで見てください。

次に先日、インカレの女子のゲームを観戦した時のことを書きます。

結論から書きます。トーナメント戦は非常にこわいということです。ご承知のように、インカレに出場するチームは、各地区でリーグ戦を戦ってきています。(一部トーナメントの地区もあります。)インカレでベスト16に入れば、新春に行われるオールジャパンに出場できます。

そのベスト16を決めるゲームでした。A大学とB大学とします。A大学は地区リーグではB大学に一度も負けていませんでした。立ち上がりA大学は、通常通りのハーフマンツーマン、B大学はマンツーマンですが、ややタイトに付いて行きます。1ピリ、2ピリとB大学が主導権を握りリードしていきます。A大学は普段通りの戦い方ですが、シュートの確率がよくありません。B大学は、徐々にディフェンスをハードにしプレスに行きます。そして、3ポイントを迷わず打ちリードを広げます。後半に入っても流れは変わらず、A大学はポストからの攻めやディフェンスをタイトにし、何とか劣勢を打開しようとはしますが、大事な場面(点差がつまったところで)ディフェンスにミスがでて追いつけません。4ピリもA大学は、点差を一桁まではつめますが、また3ポイントで突き放され敗れてしまいます。ここの一番でのゲームの難しさを感じました。感想は次号にします。