

平成 27 年 6 月 5 日

# 南 の 風 1 3 2

南部ミニバスケットボール連盟  
会 長 藤原 敬一

南部予選最終日の感想の続きです。

ディフェンスです。各チームの工夫を紹介します。

まず気が付いたのは、10人の出場選手の中に低学年（3年生以下）の選手が何人かいた場合のディフェンスです。さらに、6年生と3年生以下の選手が同時にコートにいる場合で、しかも3年生以下の選手に経験がない場合のディフェンスです。

あるチームは、マンツーマンの変形で守っていました。3年生の選手に守るべきポジションを指示し、6年生の選手が2～3人（相手のオフェンスプレーヤー）を守るというものです。小さく守りながら、外のシュートはある程度許し、中のプレーを抑えるという戦術です。3年生の選手にはやるべきことを指示しているようでした。（もちろんできないことが多かったようですが。）「今」（春の時点で）できることをしっかり考えたディフェンス形態でした。

またあるチームは、経験が若干ありそうな低学年の選手に、相手のガードにマンツーマンで付くようにしていました。もちろん抜かれることは想定済みで、抜かれてきた時のヘルプに6年生が当たるというシステムでした。この形態は、オールコートに展開すると守りきれないので、当然ペイントエリアを重点に守ります。コーチの工夫が感じられました。

体力差、身体能力差、経験の違いがある中、如何に協力して（助け合いながら）守るかを見せてもらいました。同時に各チームのコーチの苦悩も伝わってきました。ミニバスの場合、1年の学年差はたいへん大きいものがあります。ましてや、2～4学年差となると通常（同学年）のバスケットボールを展開することはできません。特にディフェンスの場合は、オフェンスより5人の協力が必要になるのですから。

さて、最後にポストディフェンスについて書きます。

私は、ポストディフェンスはディフェンスの中でも難しい守りだと思っています。

この時期に、ポストディフェンスまで練習することはできない、と思われるコーチの方もいると思います。しかし、年間目標の立て方の号でも触れたように、形だけでも選手に移しておくことが大切です。ポストは、「・・・・のようにして守る」ということを、チームとして何回かやっておくのです。対戦相手に強力なポストマンがいる場合はなおさらです。

ポストディフェンスで大事なことは、**やらせてはいけないプレーを限定すること**です。そしてそれをチーム全体で共有することです。（他のディフェンスにも言えることですが）すべてのポストプレーを抑えることはできません。ですから限定するのです。ボールの位置によるポジショニングとしては、サイディングロー、サイディングハイ、フルフロント、バックガードがあります。限定するプレーの形態によって決めましょう。また最も重要なことは、**ポストマンの行きたいエリアに簡単に行かせないことです**。動きの封じ込め方は、移動しようとするポストマンにしっかりバンプして、コースを変えさせることです。完全にできなくても相手のプレーを遅らせることができます。次号に続きます。