

平成 27 年 10 月 27 日

# 南の風 157

南部ミニバスケットボール連盟  
会 長 藤原 敬一

156号の続きです。

アメリカには、大学にたいへん優秀なコーチが多いです。大学が中心となって選手を育てています。モーションオフENSEに関して、大学のボビーナイト氏が広めたものを、NBAのコーチが独自のものとして、さらに広めていったというのが流れです。

もともとモーションオフENSEは、アメリカの小学校の授業でも使えるような簡単なものだったので、15分程度で動きがつかれるので、小学生に授業でゲームをさせるのに丁度良かったのです。

ところが日本ではこのオフENSEを、一部の指導者が難しい解釈を加えて紹介してしまったために、難解なシステムとして伝わってしまったようです。

ここで、モーションオフENSE（パッシングゲーム）の《基本原則と考え方》を紹介します。  
一つの考え方です。

- ①チームで簡単な約束を決め、全員が連続して動く。
- ②パスを繋ぎ、ノーマークをつくってシュートし、1対1で攻める動きの約束を持つフリーランスオフENSEをつくる。
- ③ディフェンスを動かし続ける。（ディフェンスに主導権を与えない）
- ④ディフェンスにヘルプさせない。（ヘルプサイドでのポジションチェンジやスクリーン）

この4つに、『動きの方向性』を基本原則にする考えもあります。（3方向）

- ・ボールサイドに動く
- ・リングに向かって動く
- ・アウェーする（ボールから離れて動く）

次にモーションオフENSEの基本的なルールについてです。モーションオフENSEは、フリーランスオフENSEです。しかし5人がそれぞれ自由に動いてしまえば、効果的なオフENSEにはなりません。そこで、ある程度ルールが必要になります。そのルールを踏まえた上で、選手たちが選択したオプションによるプレイが成功のカギになります。基本的なルールを書きます。

- ①レイアップシュート以外は、シュートする前に最低3回はパスを回す。シュートに持っていく前に3回ほどパスを回すことによって、ディフェンスを動かし揺さぶることでチャンスが生まれます。（あくまでも基本なので、実戦では当然いきなり攻めることもあります。）
- ②3回のパスのうち、少なくとも1回はポストに入れる。ポストにボールを入れることでディフェンスラインが下がり、オプションが広がります。
- ③ドリブルの使用を制限します。レイアップやトラブルを回避する時、スペースを確保する時、パスの角度を変える時以外は、ドリブルを使ってはいけません。（パッシングモーションの時）

ドリブルすることによって、味方のチャンスを見逃してしまうことがあります。パス中心のオフENSEをすることで、ディフェンスをより多く動かすことがモーションオフENSEのねらいの一つです。