

令和2年9月18日

南の風 For Junior I I

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

暑さが少し和らぎました。秋の気配が感じられます。 **選手の皆さん元気ですか！！**

今回はドリブルスペーシングを取り上げます。ミニバスや中学生のゲームでは、ドライブからの崩しが多くなります。なぜならドライブは直接攻撃であり、育成年代の攻めの基本となるからです。

ミニバスや中学生のゲームを観ると、ドライブでペイントに進入した時に、ベルプに捕まりストップを余儀なくされる場面が多々あります。その際パスした後に、ドライブした選手がペイントに留まってしまうことがあります。経験の浅い選手は、攻める時にボールをもらってプレーすることはがんばるのですが、ボールをパスした後プレーを止めて突っ立ってしまうことが多いです。その場にとどまってしまうと、当然スペースがなくなり次の攻めに支障がでます。

ドリブルドライブからのスペーシングは、いくつかのメソッドがあります。ここで紹介するのは、コーナーを使ったやり方です。

3on0でおこないます。

アライメント（並び方）はトップに1人、ウイング（左右45°）にそれぞれ2人です。

まずトップがペイントにドライブします。両ウイングは広がりながらコーナーに行きます。実戦ではドライブからシュートまで行くケースがありますが、ここではヘルプディフェンスが来たことを想定してドリブラーはペイントで止まり、両コーナーのどちらかにパスします。パスを出した後、ドリブラーはパスしなかったサイドの45°の位置に上がります。これをリロケート（配置換え）といいます。

パスを受けた選手はシュートします。実戦では他の味方に合わせたり、エンドラインドライブで攻めたりしますが、ここではシュートです。パスが来ないコーナーサイドの選手は、エルボーに上がります。

このようにしてスペースを取ります。特に大切なことは、ドライブして止まった選手がステイ（その位置に留まってしまうこと）しないことです。

このドリルのオプションとして、コーナーダウン（コーナーに行くこと）する選手がサイン（○か×）を出して、○ならパス×ならドライブシュートとするようにしてもよいです。両方○ならどちらかにパスしてリロケート。両方×ならそのままドリブルシュートになります。

さらにドリルのバリエーションとして、コーナーの選手がシュートせずにエンドラインドライブから逆サイドのコーナーの選手にパスしたり、リロケートして再びドライブ（ペイントに跳び込む）してきた選手にパスしたりするやり方もあります。

また最初のトップのドライブからパスした後に、リロケートする選手と逆コーナーの選手がエクステンジ（クロスして場所替え）するスペーシングの方法もあります。

最後です。このドリルにディフェンスを入れて取り組むことで負荷がかかり、ゲームのシチュエーションに近い練習にすることもできます。例えば3on2で、ボールマンディフェンスはダミー（みせかけ）にして、ヘルプディフェンスはライブ（本番と同じ状態）にすることで実戦形式になります。

練習やゲームでぜひ挑戦してみてください。