

令和3年3月3日

南の風 389

南部地区ミニバスケットボール連盟
会長 藤原 敬一

388号の続きです。※タイムアウトはミニバスは1回、中学は4Qで2回残っているとします。

まず、①についてです。4Qに入る時に、10点のリードと言うシチュエーションです。

メンタルの部分を考えます。勝っているチームは、当然ベンチも選手も「このままリードして終わりたい」と思っています。但し、「早く終わってほしい」というような気持ちが、『守りに入る』ことは避けなければなりません。コーチの指示・支援が必要です。負けているチームは、何とか早く差を一桁にしたいはずです。差が一桁になると「よし、いけるぞ！」という盛り上がりが増すからです。

立ち上がりの流れが大事です。ベンチとしては、常に最悪の展開を考えながらゲームを注視します。よくあるケースとして、4Qの始めに簡単に2点、4点と一気に点差を詰められることがあります。こうした場合ベンチとしては、オフェンスが機能しているかを見ることが大事です。

(1)選手の動きが止まっているか。特にオフボールの選手の動きはどうか

(2)オフェンスリバウンドにいっているか

(3)1on1の意識を全員が持っているか（強引にではなく、ボールを持つ選手の攻める意識）

なぜオフェンスかというと、私は、オフェンスが機能していないとディフェンスを頑張ることができないと思うからです。2点、4点と相手に詰められもすぐ取り返すことができれば、選手は次のディフェンスを「よしがんばるぞ」となるのです。しかしオフェンスがうまくいかないとモチベーションが下がり、ディフェンスの足が止まったり、「やばいな」とか考えたりしてしまいます。ベンチとしては、ガードの組み立てや一人ひとりの顔色や動作を観察します。必要に応じて交代したり、指示を徹底したりします。中学の場合は、タイムアウトも想定します。ミニバスの場合は、10点差が一気に5点差になつたら要注意です。タイムアウトも有です。（ヘッドコーチの判断が勝敗に直結します）

ミニバスの場合、差が縮まって1点差、2点差でタイムアウトでは遅いときがあります。もちろん流れに寄りますが、ベンチとしては選手のメンタルやゲームの流れ（点差が詰まった要因等）から判断します。まだ4～5点リードしている時に取ることも視野に入れておきます。

中学の場合は、2回タイムアウトがあります。ゲームの流れが悪く、オフェンスが機能していない場合（特にシュートが入らなかつたり、ガードが冷静さを失つたりした時）は、選手の交代やタイムアウトが必要になります。

ミニバスや中学生のゲームでは、ゲームの流れが悪くなると歯止めが利かず、逆転までいってしまうことはままあります。ベンチの危機管理は絶対に欠かせません。

ここで逆転され2点差がついてしまったとします。負けているチームにタイムアウトが残っている状況とします。残り時間が2分、自分たちのボールとします。

迷わずタイムアウトです。ベンチとしては、オフェンスの組み立て（相手のファウル数も確認）とリバウンドやその後のディフェンスと確認します。自チームのファウル数も共通理解させます。まずは同点を狙います。オフェンスはシンプルにして、誰にショットさせるかまで明確にします。