

南の風 For Junior74

南部地区ミニバスケットボール連盟
会長 藤原 敬一

先日、中学生のクラブチームの指導者の方との話から、「オールコートマンツーマンプレスの段階的指導」についてお尋ねがありました。

現在、私たちが開催している中学生の『スピカバスケットボール教室』でも取り組んでいるスキルなので、取り上げることにしました。ジュニア世代の皆さんの参考になればと思います。

プレス戦術は、コーチによってそれぞれ考え方がある部分があります。ここではU15カテゴリーで有効な「基本的な考え方」を紹介します。

『オールコートマンツーマンプレス』の仕掛け方を3段階に分けて書きます。

1 仕掛けるタイミング

一番のタイミングは、自チームが得点した直後です。U15の選手にとってシチュエーションが飲み込みやすいからです。もちろん、ゲームが負けていて時間が少ない場合は、どんどん仕掛けなければいけないのですが、今回は分かりやすく解説するために、得点直後します。

2 仕掛け方 I

①得点した状態がペイント内のショットだった場合

得点した選手がインバウンドパッサー（エンドからスローインする相手選手）に素早くつきます。これをチームの約束とします。得点した選手が自分のマークマンを探してしまうとプレスのタイミングは遅れますし、簡単に破られます。

他の選手はロングパスを警戒しながら、『声で確認しながら』近くの相手選手にマッチアップします。

②得点した状態が、ペリメーターやそれ以上のロングショット（3Pシュートも含む）だった場合

一番エンドラインの近くにいた選手が、インバウンドパッサーに瞬時にマッチアップします。他の選手は、『声掛け』を忘れずに近くの相手選手にマッチアップします。

絶対阻止しなくてはいけないことは、『ロングパス』です。ワンパスでノーマーク、あるいは、アウトナンバーをつくられてしまうからです。走るレシーバーへのパスの阻止と、インバウンドパッサーへの対応は確実にしなければなりません。

③パスがインバウンドされたとき

時間や点数が差し迫っている場合は、ボールマンにスティック（ボディアップ）して、圧力を掛けます。通常は、簡単にパスさせない距離で守り（ワンアーム程度）、ドリブルをさせるように仕向けています。ドリブルはラインディレクションをチームの約束とします。

ここでの注意点は、シレーバーへのパスを絶対にさせないことです。ボールミートに行く相手レシーバーを、足を十分に動かしハンズアップして守ります。パスをあきらめさせることが狙いです。

次号にします。