

令和4年2月 5日

南の風 For Junior78

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

今回は昨年12月におこなった、指導者講習会（実技版）の模様を紹介します。実技はスピカバスケットボール教室の中学生が担当しています。U15の皆さんに参考になれば幸いです。

内容は、フィギアエイトの速攻からボール運びをカスタマイズしたものと、ドリブルドライブモーションオフェンスを軸に、U15用にアレンジしたものです。（図解して読み進めると理解しやすいです）

フィギアエイトについては、DVDや『南の風』でも取り上げましたが、ボールのつなぎとフィニッシュの部分を具体的に紹介します。

ドリブルドライブモーションは、4アウト1イン（4人が外、1人がショートコーナー）のアライメントです。ミドルラインの右と左で、3人の塊、逆側に2人の塊で展開します。

最初にフィギアエイトです。原田 茂先生が提案された原型の原則を、U15用に分かりやすくカスタマイズしたものです。形はリバウンドからの速攻、ボール運びです。

リパウンダーがボールをつかみます。攻めるゴールに近い選手（2人）がそれぞれ、左右のサイドライン沿いをボールを視ながら走ります。（ランナー） ボールを掴んだリパウンダーに近い2人は、それぞれ近いサイドラインにオープンに開き、ボールミートしてつなぐ準備をします。

ボールが直接ランナーにパスできれば、アウトナンバーの攻めになる確率が上がります。

ここでは、オープンになったつなぎの選手にパスが出たと仮定して進めます。

攻めるゴールの右側にパスが出たとします。パスを受けた選手のプレーの選択肢は、縦へのパス、逆サイドからカットしてくる味方への合わせ、だめならドリブルでミドルへボールを進めるといったところです。

《仮定Ⅰ》

縦にパスが出たとします。まず、逆サイドのランナーに合わせることを狙います。パスが出なければ、状況に応じてドリブルで進むか、逆サイドから合わせるつなぎへパスします。どちらを選択するにせよ、アウトナンバーの攻めをつくるようにします。

このときのリパウンダーは、パスを出した後、逆サイドに走るようにします。3レーンを作れれば攻めやすくなります。

《仮定Ⅱ》

縦にボールが出なかった想定です。逆サイドから合わせるミドルマンにパスか、自分がドリブルでミドルマンになります。

逆サイドから合わせたミドルマンにボールが出れば、左右のランナーを見てボールが出るか判断します。ここでもアウトナンバーを作るようプレーします。リパウンダーは、逆サイドに走ります。

逆サイドからの合わせパスが出なければ、ドリブルでミドルマンになります。この場合は、できるだけドリブルの時間を短くして、相手が戻る前にアウトナンバーで攻められるようにします。ボールの持ち過ぎに注意しましょう。

次号にします。