

令和4年3月19日

南の風 438

南部地区ミニバケットボール連盟

会長 藤原 敬一

今回は、指導者の皆さんとの話し合いで関心の高かった、『ピック&ロール』と『オフボールスクリーン』のかけ方や、利用の仕方について、私の考えを中心に書きます。

最初にピック&ロールの掛け方と攻め方です。 **※今回も、図解していただくと幸いです。**

サイドピックで話を進めます。掛ける位置は、リングに向かって右45度とします。

ボールを持ったトップが、右45度のウイングにパスしてピックに行きます。サイドピックの場合は、ユーザー（右45度のウイング）のDefはスクリナーが視野に入りますから、Defと密着してピックに行きます。このときのユーザーとスクリナーのプレーの選択について書きます。

①リジェクト ②スリップ ③ダイブ（ロール） ④ポップの4つについてです。

私はピック&ロールや各種のスクリーンプレーを指導するときに、最初に『何のためにやるのか』を選択に考えてもらいます。目的を理解するためと利用するかしないかは、自分で判断することの大切さを伝えたいからです。ピック&ロールで言えば、上の4つになります。簡単に説明します。

①のリジェクトについてです。

トップが右45度のウイングにパスして、左側からピックに行ったとします。パスミートし、ボールをキャッチしたウイングは、まずピックを待つのではなく、反対にドライブできるかを考えます。自分に付いているDefがオフバランスになったり、ピックを気にしたりしたら、右側をドライブで抜いて行きます。ユーザー（この場合、ボールを受けたウイング）は、これを第1に考えることをお奨めします。プレーが力強くなります。因みにリジェクトとは、断る、拒絶するといった意味です。

②のスリップです。

トップがウイングにパスしてピックに行こうとしたとき、スクリナーのDef（この場合、トップに付いているDef）が、ピックを予測してユーザーのドライブを先回りして止めようとした（ショウディフェンス）場合には、スクリナーはピックには行かず、すり抜けてペイントに飛び込みます。このプレーをスリップと呼びます。スクリナーの判断プレーです。

③のダイブ（ロール）です。

ここからピック&ロールの本番です。ウイングにパスしたトップは、スクリナーとしてウイングのDefにピックに行きます。サイド（横から）直角に掛けます。斜めに掛けるやり方もありますが、私は、U15ではDefに対して直角に掛けるのが有効だと考えます。掛けるときはダッシュしてできるだけ素早く掛けます。時間が掛かると相手に読まれますし、ユーザー（利用する人）とのタイミングがずれるからです。掛けるときは、足幅は肩幅よりやや広く取りお尻をやや後方に引きます。腕はどちらかの手で一方の手首をつかみ体から離れないようにしてセットします。（相手とのコンタクトの衝撃に負けないためとファウルを防ぐためです）そのとき視線はペイントに置きます。スペースとヘルプDefを視るためです。ユーザーが利用してドライブし、ユーザーのDefがピックに掛かったら、ダイブ（フロントターン）して、ペイントにカットします。 次号に続きます。