

平成 26 年 12 月 27 日

南の風 100

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

99号の続きです。いずれにしても、イージーショットが外れることは「負け」につながります。練習の時から「一本、一本集中して打つ」ことが大切です。その時のチェックポイントは、「常にリリースを一定にする」ことです。選手には個人差があり、シュートフォームは1人ひとり千差万別です。画一的な指導にならず、尚且つポイントは押えなければなりません。ですから指導者（特にミニバス、中学）は、シュート練習の時は体育館を離れないことです。そして選手1人ひとりに目配り、気配りをしなければいけません。「悪い習慣（悪いシュートフォーム）は付きやすいですが、良い習慣は中々付かないからです。さらに言えば、指導者が「見れども見えず」という状態にならないことです。要するに1人ひとりの選手の「何処に問題点があるのか」を把握することです。厄介で根気のいる指導ですが極めて大事なことです。（特にシュートは）

26日（金）もウインターカップに行ったのですが、残念ながら八雲学園はベスト4を掛けたゲームで、安城学園（愛知）に78対80で敗れてしまいました。たいへん惜しいゲームでした。このゲームについても、いろいろ書きたいことがあります。今回は割愛します。

みなさんにお伝えしたいゲームについて書きます。それは東京成徳のゲームです。東京成徳のゲームを観ていつも感じることは、「やるべきことをきちんとやっている」ということです。

ベスト8掛けの尼崎市立尼崎戦と、ベスト4掛けの聖カタリナ戦です。結果は聖カタリナには、62対79で負けてしまい、ベスト8が確定しました。

2ゲームまとめでの感想を書きます。

まずオフェンスです。6番（川井選手）、7番（田中選手）を中心に攻めます。2人ともU-18の選手なのですが、共通していることは、1対1の引き出しが多いということです。川井選手はフォワードですが、ボールを受けてからのディフェンスの状態把握が抜群に上手です。ディフェンスの反応を見て瞬時に逆をついてステップインショットをしたり、フローターで打ったりできます。また、ヘルプサイドにディフェンスがいれば、空いた味方にすばやくパスを出します。ビジョンの広さもある選手です。一方田中選手のポストプレーは、この大会でNO.1 ではないでしょうか。とても理にかなったオフェンスが出来ます。まずボールのもらい方です。ボールを受けに行く時の、身体の寄せ方がじょうずです。押し込むのですが、バランスがいいのです。そして、キャッチした瞬間のディフェンスの状態把握からの攻めが素早いのです。ポストからのカットインでは、抜く瞬間のスピードは速いのですが、入っていくステップは力強くゆっくりなのです。ここがとても大切なことです。どこを速くしてどこを力強くするかを理解できていないプレーヤーが多いのです。次にハンドワークなのですが、ワンハンドのクローズアップショットに持ち込み、ディフェンスのチャレンジショットをかわします。非常に安定感があります。ターンショットも打点が高く、高確率です。さらにショットした瞬間、オフェンスリバウンドの跳び込みにも素早くいきます。本当に見ていて参考になります。ミニバスや中学にはお手本のプレーヤーです。合わせのプレーやディフェンスについては次号に書きます。