

南の風 104

南部ミニバスケットボール連盟
会長 藤原 敬一

103号で紹介した、ボールサイドのカッティングは、ぜひミニバスの時代に身に付けたいスキルです。次にバックドアカットです。このスキルのポイントは、第1にインフロントカットやボールミートにディフェンスが反応したことを感じることです。第2はパッサーとのアイコンタクトです。ディフェンスの反応に気が付いた瞬間に「うら」の声を出します。通常はレシーバーが声を出しますが、この場合パッサーが声掛けをしても構いません。

2 ポストフラッシュコンビネーション

このスキルのキーポイントの1つは、フラッシュする時に自分に付いているディフェンスの視野から消えるようにウイークサイドに動くことです。ディフェンスの反応がなければそのままフラッシュします。ディフェンスが反応すれば逆をついてフラッシュしてポジションを取ります。

2つ目のポイントは、フラッシュする時にディフェンスとの身体接触を嫌がらないことです。ポジション取りの時に「戦う姿勢を取ること」です。ディフェンスの大腿部に自分の尻を密着させ、**ややくの字の体勢**になりボールを自分の頭の前方で受けます。

3つ目のポイントは、ボールを受けた瞬間にキャッチフェイクをストロングサイドに入れ、スピターンショットか、ウイークサイドにドライブしてショットします。ドライブする時に、ドライブを切る足を一步だして強いドリブルをして、力強くカットインします。さらに言えば、右手ドライブならば、左手でカットの方向にトレースしながら入って行くようにします。

3 スクリーンプレーファンダメンタル

ピック&ロールの基本です。まず、スクリーナーは「ピック」と大きな声を出してスクリーンに行きます。なぜなら、味方に知らせ協力を得るためです。スクリーンプレーのエリアにスペースをつくるためでもあります。声を出すと相手にスクリーンがわかってしまうと思う方もいるかもしれませんが、私は構わないと思います。わかってしまっても、次の対応があるからです。味方同士が邪魔し合うよりは、遙かにましだと思います。次にアングルとディスタンスです。アングルの基本は、スクリーンを掛ける相手の足が、自分の身体の中心にくるように掛けます。アングルが悪いと、簡単にファイトオーバーされたり、掛け直そうと動きファウルになったりします。ディスタンスは、ワンアームの距離を取ることが大切です。近づき過ぎるとファウルになったり思わぬ怪我をしたりする（相手も自分も）からです。スクリーンプレーに、**正しいアングルとディスタンスの指導は欠かせません**。続いて、スクリーナーはスクリーンを掛けた時に、中を（リング側）見ることが大事です。なぜなら、中にスペースがあればスリップしてカットできるからです。そしてユーザーがスクリーンを利用しようとした場合は、ディフェンスが自分（スクリーナー）に触れてからリバースターンしてカットすることが基本です。ユーザーは、ディフェンスがスクリーナーを気にしたら、一気に逆サイドを抜きます。ディフェンスの対応の仕方、スクリーンプレーのバリエーションがいろいろありますが、ここでは割愛します。 続きは次号で。