

平成 27 年 8 月 15 日

南 の 風 1 4 2

南部ミニバスケットボール連盟

会 長 藤原 敬一

141号の続きです。

女子のゲームは全体として根拠のないドリブルが多かったです。ドリブルすることが悪いわけではありませんが、不用意にドリブルをすることでノーマークの味方を見過ごしたり、トラップされたり、ダブルチームに捕まったりして、ボールを失う場面が多く見られました。

バスケットボールは、ボールを移動するための手段として「ドリブル」と「パス」があります。そのうちドリブルの利点は、点を取るための直接攻撃だということです。シュートに結び付けることができます。それに比べるとパスは間接攻撃です。パスでは得点できないわけです。

ここでドリブルの目的を考えてみます。

《ドリブルの目的》

- | | |
|----------------------------|----------------|
| 1 ドライブして得点を狙う。(ドリブルペネトレイト) | 6 攻撃のサイドを変える。 |
| 2 ボールをフロントコートに運ぶ。(ボールダウン) | 7 スペースをつくる。 |
| 3 危険な場所から逃れる。 | 8 パスのタイミングを計る。 |
| 4 パスのアングルを変える。 | |
| 5 プレッシャーをかわす。(プレッシャーリリース) | |

粗く言ってこの位でしょうか。

目的のない無駄なドリブルは、極力控えましょう。但し、シュートやパスが出来ないのにドリブルを止めてしまっただけではいけません。パスを出す相手がない時は、たとえ長くなったとしてもドリブルを続けざるを得ません。そして、ドリブル終了の瞬間はシュートかパスです。

皆さんご承知のように、ミニバス時代はドリブルのスキルを身に付けるために適した年代です。また、コーディネーション能力を発達させる上でもドリブルスキル（ハンドリングを含む）は欠かせません。ドリブル練習はどんどんやるべきです。ドリブルしながらボールを自由自在に操れるようにしておくことはミニバス選手にとっては大きなキャリアアップにつながります。

しかし使い方を誤ってはいけません。やはり指導者は上記の目的を理解させ、正しいドリブルの使い方を指導しなくてはなりません。そして、ドリブルの使用は最小限に抑え、できれば全員でボールをシェアするようにしましょう。(もちろん低学年が多いチームは、ボールを運べる選手が決まってくるので、無理なことはわかります。)

次にドリブルでの運びとも関連しますが、エントリー（攻撃の始まり）の場面でのミスが多かったように思います。ほとんどのチームがドリブルエントリーでした。もちろん各チームには事情がありますから、一概にドリブルエントリーがいけないわけではありません。チームにドリブルのスキルに卓越した選手がいれば、楽にフロントコートまで運べますからそれでも構いません。しかし中途半端なドリブルでボールを運ぶと、トラップやダブルチームにかかってしまいます。どうボールを運び、エントリーに結びつけたらいいかを、次号で考えたいと思います。