

平成 27 年 10 月 23 日

南の風 156

南部ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

先日あるコラムで、愛知県の桜花学園の井上 眞一ヘッドコーチが、次のように言われていたのを思い出しました。

「最近では、スリーポイントのスキルは飛躍的に伸びたが、体を張って2点を取りに行くプレイが減ったのではないか。」また、「指導者もスリーポイントに頼りすぎ、2対2や3対3の合わせを緻密に指導することが少なくなってしまうのではないか。」と仰ることです。

今夏の全中でも全体的な傾向として、ペイントエリアで体を張ってプレイをすることよりも、外のシュートに頼るオフェンスが多かったです。ポストで戦いながらボールを受けて、パワープレイに持ち込んだり、外と合わせたりすることを見るシーンが大変少なかった気がします。(私が観戦したゲームでは)

簡単に言うと、オフェンスがとても淡泊なゲームが多かったです。少し極端な言い方をすると、ボールを回して、中が使えなければスクリーンを使ってシューターをノーマークにしてシュートするといったオフェンスです。しかし、外のシュートの確率は日によって不安定です。毎試合毎試合入る保障はありません。やはりポストを起点とした中でのプレイや外への合わせ、または2対2や3対3からの合わせで、数的優位の状態をつくって攻めたり、1対1を力強く攻めたりすることが必要となります。

そういった意味では、全中予選リーグで藤浪が対相模女子戦で見せたドリブルドライブモーションオフェンス(詳しくは南の風147号参照)は、全中に出場した他のチームに対する提唱になったのではないのでしょうか。

それではミニバスではどうでしょうか。従来からのポストを使った攻めや、ドライブからの1対1は頻繁に行われています。スリーポイントがないことと競技経験の少なさから、外のシュートに頼ったオフェンスはあまり見ません。しかし、最近ではディフェンススキルの進歩から、ポストディフェンスが厳しくなり(インサイドヘルプやフルフロント裏のヘルプ等)簡単にポストプレイができなくなってきました。ポストでのボールのもらい方や合わせ、アングルの変化などに工夫が必要です。ディフェンスに寄せられるとすぐにポジション取りを止めてしまう選手もいます。ミニバス時代から、体の大きさに拘わらず、ディフェンスとのコンタクトを厭わずにプレイする習慣をつけていきたいものです。そのためには日々の練習から、コーチがボディコンタクトの入ったメニューを構築し、メンタルタフネスを鍛えることが大切です。

さて話は変わりますが、先日、中学校のバスケット部の顧問の方と技術について話をした時のことです。

モーションオフェンスが話題に上りました。今回のアジア女子バスケットボール選手権大会で、全日本の女子もモーション系のオフェンスで戦っていました。そんな流れからです。

モーションオフェンスについて簡単に紹介しておきます。モーションオフェンスは、アメリカのノースカロライナ大学のヘッドコーチ、ディーンズミス(マイケルジョーダンの恩師)が確立しました。

『マルチプルオフェンス(フリーランス・パッシングゲーム)』が基本となっています。彼の教え子である、インディアナ大学のヘッドコーチ、ボビーナイトがモーションオフェンスとして広めました。