

南 の 風 2 2 7

南部ミニバスケットボール連盟
会 長 藤原 敬一

226号の続きです。

②ドライブの1歩目をしっかり止めること

ディフェンスが1歩目で簡単にやられてしまうことがないように、ディフェンスは相手の肩の動きに集中して素早く反応できる（足を動かす）ようにします。1歩目が極めて大事です。

③コースに入ると抜かれるので正面で捉える

コースに入ってしまうとロールターンやビハインドドリブルで簡単に抜かれてしまいます。相手を正面で捉えて、足を引かずに付きます。

④オフェンスのフェイクに対するディフェンスの付き方

オフェンスの**手だけのフェイクに大きく反応**してしまうと、逆側に簡単に抜かれてしまいます。手だけのフェイクに対しては、ボールトレースで対応します。オフェンスが足を使ったフェイク（ジャブステップ等）を仕掛けてきた場合は、素早いステップ・ステップで付きます。

以上のことに留意しながらドリルに取り組んでください。

次です。スクリーンに対するディフェンスです。

ボールマンディフェンスが成功して、1対1で攻めることが難しくなると、オフェンスは当然ピックプレイ（代表的なものはピック&ロール）を使ってきます。その際のディフェンス側の対応策として、この南の風でも紹介したのがショウハードです。（今回私が作成したDVDに収録してあります。参照してください）ユーロのバスケットボールに精通している方は、ハッチ&オーバーザトップという呼び方が馴染み深いかもしれません。ショウハードをする根拠は、ファイトオーバーして守る相手を代えずに付くことによって mismatch を防ぐことと、ノーミドルを徹底することで、相手のオフェンスプレイの選択肢を増やさないことです。ここではショウハードについて簡単に触れます。

スクリーナーのディフェンスの「ピック！」という声と共に、ユーザーのディフェンスが逆側を抜かれるないようにシフトします。それによって、ユーザーはスクリーナーの方へドリブルをせざるを得ません。そのドリブルに合わせて、スクリーナーのディフェンスはステップアップします。ドリブル2回分です。それ以上付いて行ってしまうと、自分の相手に戻れなくなってしまいます。ツードリブルさせた後は素早く自分相手（スクリーナー）に戻ります。一方ユーザーのディフェンスは、「ピック！」の音が聞こえたら、ユーザーに密着するようにしてファイトオーバーします。ユーザーとの距離が空いてしまうと、スクリーナーに引っかかってしまい、ファイトオーバーできなくなってしまいます。スクリーナーのディフェンスとの引継ぎがスムーズに行くようにしてください。

スクリーンに対するディフェンスは、ショウハードだけではありませんが、オフェンスとの間を空けないためには最適な守りです。繰り返して練習し、動きを身に付けましょう。オプションとしては、ショウトラップがあります。スクリーナーのディフェンスがショウハード体勢から「トラップ！」の声を掛けユーザーにトラップに行きます。それに呼応してユーザーのディフェンスもトラップに行きます。