

平成 29 年 10 月 25 日

# 南 の 風 2 5 0

南部ミニバスケットボール連盟  
会 長 藤原 敬一

横浜市ミニ連秋季大会から感じたことです。

男子にも女子にも共通することです。ポストプレイについてです。

あくまで私の感想ですが、長身のプレイヤーがポストで身体を張ってプレイするゲームが減りました。また、ポストでのボールの受け方や身体使い方を指導するチームも少なくなった気がします。横浜市秋季大会を観ると、長身のプレイヤー（155cm～160以上）を擁するチームはかなりあったのですが、ポストでディフェンスとコンタクトして戦いながらプレイする選手は少なかったです。

もちろんポストプレイだけがオフェンスではありませんし、背が高いプレイヤーだからポストプレイをやらせなければならないとは限りません。現在ミニバスにおいても、サイズのある選手のペイント外からのシュートスキルが著しく進歩していますし、ペリメター付近で長身選手をスクリーナーとして使い、ノーマークをつくりシュートに持ち込むプレイ（ピック&ロール）も頻繁に行われています。

ただ普遍的にバスケットボールは、中を突いて外との絡みで攻めるのが基本です。中を突いてディフェンスを収縮させて、外と合わせる攻め方です。長身者がチームにいる場合、やはり一番の武器となる『高さ』を活かしたペイント内でのプレイを中心にして、なるべくリングに近い所で攻めることは理に適っていると思います。

なぜミニバスで長身者のポストプレイが少なくなったのでしょうか。

原因は2つあると思います。1つ目は、ディフェンス力の向上です。ポストディフェンススキルが上がったことで、長身者がペイントでボールを受けづらくなっていることです。また、ダブルチームを仕掛けポストでのプレイを制限するディフェンスが進化していることです。このことによってポストへボールが入らなくなっています。加えて、オフェンス側がボールをポストに入れるパススキルが劣ることも攻めづらくしています。ポストにボールをフィードするのは、意外と難しいのです。

理由を書きます。

## ①パスサーが出所をチェックされる。

市の秋季大会でもかなり見られたのですが、単純にチェストパスでポストに入れようとしてパスサーのディフェンスにカットされる場面がありました。ポストに入れるパスは、瞬時に出所を変えたバウンズパス（スピンを掛けたパスも含む）や、フェイクを入れてディフェンスを引き付けて出すパスがあります。バウンズパスの他に、スナップのオーバーハンドパスもあります。モーションのないパッシングウインドー（ディフェンダーの両耳付近や頭上）からのオーバーハンドのスナップパスはたいへん有効です。

## ②アングルを無視したポストへのパス

ミニバスでよく見られるのですが、ガードが運んでサイディングハイ（ポストマンの斜め横から手を上げて守る）で守っているディフェンスに対して、そのままパスしてカットされてしまうミスです。

続きは次号にします。