

令和元年 8 月 7 日

# 南 の 風 3 1 3

南部支部ミニバスケットボール連盟  
会 長 藤原 敬一

スペーシングの細かい動きは次の機会に譲ります。

2on2のオフেনストリルです。ペイントの両エルボーの位置から始めます。なぜエルボーからなのかというと、ジュニア期のオフENSEのスペーシング（味方と味方の距離）と、強く正確なパスが出せる距離は5m位だからです。両エルボー間が4.9mですからちょうど良い距離となります。

まず、パッシングランのボールサイドカッティングの攻めです。始めからライブにしてしまうとパッシングランの練習になりませんので（1on1で抜くことを含めてしまうと）、パスから始めます。

パスはディフェンスの逆サイドのポケットパス（片手プッシュ）です。ここでDefの状態（極端にジャンプトゥーザボールしているならバックドア、ボールサイドが空くならカットします。）で判断します。パスが入ればシュートです。ミニバスの場合、レシーバーからカッティングする味方へのパスをカットされてしまうことが多いです。カッティングする味方へのパスの入れ方に気づかせることが大切です。

何処からどのようにパスを出すかということです。私は①迎える形、②正対する形、③見送る形として指導しています。

リングに向かって右側のプレイヤーがボールを持つとします。パスを左手のポケットパスで出し、ボールサイドカットです。この状態で話を進めます。

①の迎える形とは、レシーバーがボールキャッチした時、自分のディフェンスの左サイドからボールの出所を瞬時に変えてバウンズパスで入れるか、カッター側の手でフリップパスをする形です。キャッチングパスのような感覚です。

②の正対する形とは、①で入らなければカッターとディフェンスが重なるようになります。この時はパス動作を読まれないようにし、パッシングウインドー（Defの顔の横や頭のすぐ上）から素早く出します。

③の見送る形とは、②でも入らなければカッターが遠ざかる形になるので、自分のディフェンスの右側から左手でバウンズパスかフリップパスで出します。ディフェンスの状態によってはステップを切ることもあります。大きな動作になるとパスコースを読まれますから要注意です。

①②③のパス入れの状況は、ゲーム中のかなり頻度が高いものです。お奨めの練習法です。

次にバックドアカットです。パスした瞬間、自分のディフェンスがパスに反応してボール方向に寄ったり、ジャンプトゥーザボールしたりした時は、すかさずバックドアにカットします。ボールを受けたレシーバーは、実際の場面（ゲーム）では、ヘルプサイドのディフェンスがいますが、2on2ではいけませんのでループパスです。ノーモーションの両手パスです。ボールにスピン掛け、浮かせてスペースに出します。

カットがうまくいかない場合は、すかさずスクリーンにいけます。インサイドスクリーンが基本となります。まず徹底したいのは、ピック&ドライブです。スクリーンの掛け方やアフターのドライブの動き方、ユーザーとの合わせを練習します。