

令和2年9月10日

南の風 For Junior 10

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

前号の続きです。※選手の皆さん、今回も図に描きながら理解を深めてください。

3線を作る場面でもう一つ追加します。リバウンダーがどちらかのサイドにボールをパスしたとします。ボールが来なかったサイドの選手は、ミドルラインにカットします。この時ミドルラインにカットした選手にボールが入らなければ、パスを受けたサイドの選手はドリブルでミドルラインに進みます。

この場合は、ミドルカットしてボールを受けなかった選手は、そのまま逆サイドに進みます。またリバウンダーは、状況を見てミドルカットした選手がいた方のラインを占めるようにカットするのが基本形です。スペースを取り、攻めやすくするために3線を作ります。

ボールが縦につながり、ランニングシュートやゴール下のイージーシュートで完結すれば言うことはないのですが、そうそううまくはいかないと思います。

今から紹介するのは、ボールは運べたけれども速攻が成立しなかった時の動き方についてです。

速攻が成立しないと判断した時は、ボールをできるだけミドルに置いて攻めるのが得策です。パスのコースが広がることと、ドライブからの攻めも多様になるからです。

ランナーになった2人の動きは3つ考えられます。

- ①どちらかのランナーがコーナーに向かう（ディフェンスを広げ3P シュートを打ったり、パスを受けカットする味方に合わせたりする。
- ②もう1人のランナーはアングルカットして、エルボーにポストアップする。ボールが入れば自分が1 on 1で攻めたり、バックドアカットした味方に合わせたりする。
- ③2人のランナーはエンドラインまで行き、お互いがエクスチェンジ（交差するように動く）する。ボールがくればシュートしたり、エンドラインドライブで攻めたりする。あるいは、カットしてくる 트레이ラーにパスして攻める。

次にランナー以外の両ウイングの動きです。ミドルマン（ボール持っている選手）がコーナーにパスしたら、パスが出た方のウイングはトレーラーとなってカットします。ミドルマンがトレーラーになった場合は、セーフティーとしてポジションにつきます。逆サイドのウイングは、トレイルライン（フリースローの両エルボーを結んだ仮想線）を進み、コーナーからのパスにミートして合わせます。自分で攻めたり、逆サイドのコーナーにパスしたりします。

いずれにしてもカットしてパスが来なければ、原則はステイせずにボールから離れるようにスペースを取ります。またミドルマンがドライブでペイントを攻めた場合は、逆サイドのウイングがエルボーの位置を取ります。

この一連のフロントにおけるプレーやスペース取りは、場面、場面で状況判断して動かなければなりません。5on5や練習ゲームになかで取り組みましょう。

トランジションの攻めは時間との勝負になります。如何に素早くボールを前に進め、ディフェンスが戻らないうちに攻めるかがカギになります。