

令和2年10月2日

# 南の風 For Junior 13

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

前号の続きになります。5人のスペーシングの応用の二つ目です。今回も図に描いて理解を深めてください。攻める5人のアライメント（位置取り）は12号の時と同じです。

リングに向かって右ウイングの選手が、ミドルラインへドライブしペイントを攻める場面を想定してください。この時、逆サイドのショートコーナーにいたインサイドの選手が、ドライブした選手の方へポストアップしようとした場合です。実戦ではよくあるパターンです。このような場合は、あらかじめチームで約束を決めておくことが大事です。

ドライブを優先する場合は、インサイドの選手が途中で方向を変えてドライブのコースを空けるようにします。インサイド（ポストプレー）を優先するなら、ドライブを途中で止めてパスへと変更します。

**私は育成年代（U15）では、ドライブを優先する方が理解し易いと思います。また、縦のドライブがあった時は、両ウイングがコーナーを埋めるように動くパスの選択肢が増えます。**（スペースが広がるため）いずれにしても事前にチームで約束を決めて練習しましょう。

最後に、選手間のスペーシングとパスについて書きます。

試合中にターンオーバー（オフェンスの時、シュートで終わらずミスにより攻守が入れ替わってしまうこと）が起こる原因の多くは、選手間のスペースが狭かったり、広すぎたりすることによって引き起こされます。いくらスキルが上達しても、チームオフェンスでお互いのスペーシングが悪ければ、スキルを発揮することはできずに、ミスにつながってしまいます。

それでは選手間のスペース（距離）はどのくらい取ればいいのでしょうか。

結論から言えば、前号に示したようにミニバスや中学生では、4～5mが基本です。トップレベルの選手間は6～7m前後です。

ですからディフェンス側からすると、ミニバスや中学生では5m離れるとパスカットすることが無理になり、トップレベルの選手でも6m位が限度と言われています。これが1人のディフェンスが一瞬のうちに守れる距離の範囲なのです。

つまり、オフェンスからするとお互いが4～5m以内の距離にいるということは、1on1を仕掛けても自分のマークマン以外のディフェンスに守られてしまうということです。さらに、そのディフェンスはドライブを邪魔した後、すぐに自分のマークマンに戻ることも可能な距離ということです。

だからといってあまり離れすぎると、強く正確なパスを出すことができなくなってしまいます。そこでミニバスや中学生にとっては、常に4～5m程度の距離を保つのが理想的なのです。

これがスペーシングという考え方です。

試合はもちろんですが、スクリメージ（テーマに沿った練習の出来具合を確認するための試合形式の練習）や5on5の中で、「選手間の距離が4～5m」を保ったフロアバランスを意識することが大切になります。

そして12号で紹介したドライブからの5人の合わせに、チームで挑戦してみてください。