

# 南の風 For Junior 14

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

スピカバスケットボール教室（私たちが開いている中学生女子の練習会）の練習の時に、何名かの選手に、「パスが上手くなる方法は何ですか」また「試合でパスミスをしたためにはどうしたらいいですか」、「ディフェンスがいると上手くパスが通らないのですが」などの質問を受けました。

また、何名かのミニバスの指導者の方から「パスの指導って難しいですね、うちのチームではターンオーバーの多くがパスミスです。」「パスの大切さは分かるが、練習時間の関係でついおろそかになってしまっただよね。」などの意見を聞きました。

そこで今回は、パスをテーマに取り上げることにしました。

## ～ いいパスってどんなパス？ いいパスを出すために必要なことは・・・ ～

昨年、日本のジュニア年代（U15の男女）の子どもたちにクリニックをおこなったスペインのコーチが次のようなことを言っていました。

**「ドリブルや1on1のスキルは非常に高い選手が多かったことに驚きました。スペインの水準で満点を10とすると、8～7のレベルの子たちが多かったです。ただそれに比べてパスのスキルの低さが目立ちました。2くらいのレベルでした。これはとても問題だと思いました。」**

また、2016年のJBAの技術委員会が開催した全国コーチ講習会でも、現アルバルク東京のHCルカ・パヴィチェヴィッチ氏と現滋賀レイクスターズのHCショーン・デニス氏は、男子日本代表の過去のゲームを観て、「パスの技術に問題がある」と指摘しました。

講習会の講師がパスの講習で言っていたのは、「速く出す」こと、「正確に出す」ことでした。当たり前と言えば当たり前のことです。これまで日本国内でも、このようなことは言われ続けてきました。

そこで、各カテゴリーで指導している方の「パスに関する考え方」を紹介します。

### 『いいパスってどんなパスですか？』

皆さんに分かり易く伝えるために、表現を変えています。

#### 〈全国中学校バスケットボール大会で優勝経験のあるコーチの方〉

まずスペースを考えることが大切。3つあります。「相手との間合い」、「味方との距離」、「コート内のスペース」です。

「相手との間合い」とは、ボールマンとディフェンスとの距離です。ボールマンが先手を取れるわけですから、いかにして『自分がパスを出す空間をつくれるか』が大切。レシーバー（パスの受け手）も、自分をマークするディフェンスの空いた場所が分かり動いたり、ターゲットしたりする。

「味方との距離」は、味方同士のスペースの取り方大事。ボールマンがドライブしているコースに入ってしまうと、距離が近すぎて邪魔になってしまう。逆に遠すぎてパスができない状況もある。そこで無理してパスを通そうとすれば、インターセプトされたり、パスミスになったりしてしまう。パスという技術以前に、スペースの理解ができていないといいパスは出ない。次号にします。