

令和2年12月17日

南の風 For Junior24

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

選手の皆さん！コロナ対策万全にしてください！！

ピック&ロールに関して、スピカバスケットボール教室の選手から次のような質問をされました。

- ①スクリーンを掛ける時に、両腕は下げるようにした方がいいですか。それとも胸の前でクロスしたほうがいいのですか。
- ②南の風では、スクリーンを掛ける時は真横がいいと言っていますが、中学校では斜め後ろから掛けなさいと教わりました。どちらがいいのでしょうか。
- ③中学校ではスクリーナーがピックした後、リバースターンして合わせるように教えられました。フロントターンでダイブするのとの違いは何ですか。

以上の3点でした。

①についてです。

これはどちらが正解ということはありません。両腕を胸の前でクロスするやり方の利点は、自分の身体を両腕で守れるということです。胸の前でクロスしているため、ユーザーのディフェンスにコンタクトされた時に身体を守ることができます。注意する点はスクリーンを掛けた時に、両腕でディフェンスを押してしまうとファウルになることです。

両腕を下げ、一方の手でもう一方の手首をつかんでスクリーンするやり方は、両腕でディフェンスを押してファウルをすることを防ぐためです。

ピックプレーは、スクリーンを掛けたら相手が自分に触れるまで動かないのが原則です。掛ける時にディフェンスを手で押すことや、動きながら掛けることはイリーガルな行為です。相手が自分に触れたり、ユーザーがスクリーンを利用したりしてから次のプレーに移りましょう。

チームで決めたやり方で構いません。目的を理解して取り組むことが大切です。どちらかということ現在の主流は、両腕を下げるようにする方法です。

②です。

こちらにも、どちらが正解ということはありません。実戦ではピック&ロールの守り方（ディフェンスの仕方）によって、真横で掛けるか斜め後ろで掛けるかが変わってくるのです。相手がピック&ロールをどう守って来るのかを事前に知っておくことで対応が変わるということです。

まず、斜め後ろから掛ける場合です。現在ピック&ロールの守り方として一般的なのは、コンティン（スクリーナーのディフェンスがやや下がり、ユーザーにドライブから簡単なレイアップを打たせない。またスクリーナーのダイブにも対応が可能となります）です。

このコンティンの守りに対しては、スクリーナーはユーザーのディフェンスの斜め後ろに行き、相手の尻の外側にスクリーンを掛けます。真横だとスライドステップ（スクリーンの後ろ側から対応されてしまう）でかわされやすくなります。また斜め後ろなので、ディフェンスの視野に入ることで密着してスクリーンすることが可能です。次号にします。