

令和3年12月10日

# 南の風 For Junior73

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

72号の続きです。

今回は、最もよくゲームで行われるエントリーを紹介します。東京五輪で、日本女子代表もよくやっていたエントリーです。

アライメントは、いままで紹介したものと同じです。

- I 1番がサインを出し、5番が1番のDefにドラッグスクリーンに行く。
- II 1番は、5番のピックを利用してドライブする。5番は1番のドライブに合わせてドライブする。2番はユーロで上がる。
- III あとの動きは、前号で紹介したパス&カットエントリーと、クリアエントリーに準じて行う。

このように、センターがガードのDefにスクリーンに行くことにより、スムーズにハーフコートのオフENSESを始めるようにします。

トランジション(DefからOff)から、フロントコートにボールを運ぶ段階で、完全にディフェンスがもどっている状態のときは、PGが個人的にハーフコートオフENSESを展開するより、2つか3つエントリーの方法を決めておくと、相手ディフェンスは対応しづらくなるので、皆さんのチームでも取り入れることをお奨めします。

さて今回、69号からドリブルドライブモーションオフENSESを取り上げました。U15の皆さんにはたいへん適したオフENSESです。

最後に、このオフENSESを成功させるための練習について書きます。

## ①1on1のスキルを磨く。

ドリブルドライブモーションに限らず、1on1のドリブルドライブのスキルを上げることは基本中の基本となる。特にDefとのコンタクトを嫌がらず、ペイントに侵入する勇氣、心の強さは必須となる。そして、自分のDefが自分をどう守っているのか、どういったスキルでやっつけるか、といった『気づき』が大切。

また、ヘルプDefへの『気づき』も大切になる。練習時から、ヘルプDefをルックしてペイントへのドライブを試みるようにする。

## ②アウトナンバーの攻め

2on1、3on2などアウトナンバーの攻めは、ドリブルドライブモーションのために大事な要素となります。

1on1で自分のDefを抜いた瞬間、当然ヘルプDefが来る。そのときにノーマークができたり、空く味方ができたりする。その『気づき』→『判断』→『実行』を繰り返してやるのがこのオフENSESの肝となる。アウトナンバーの攻めの練習を繰り返すことを忘れない。

以上で、ドリブルドライブモーションオフENSESのまとめとします。よければ、挑戦してください。