

令和4年4月18日

南の風 For Junior88

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。

ウイングでパスを受けるときのシールのやり方です。リングに向かって右ウイングの場合、ディフェンスのインサイドフット（この場合左足）を自分の右足でブロックして、ディフェンスのディナイの手（右手）を跳ね上げるようにして押し込みポップアウトしてボールを受けます。パスナーに「しっかりボールを受けるから大丈夫」というメッセージ（ターゲット）を出します。こういったことをしっかりやるのが大切です。練習に取り入れてみてください。

相手のプレスが強いときに大事なことは、レシーバーがシールを適確におこないボールを受けることです。ここをいい加減にしてしまうとパスカットされますから注意が必要です。

②ドラッグスクリーンでのエントリー

ドラッグスクリーンとは、センターラインと3P ラインの間のエリアで掛けるピック&ロールのことです。最近どのカテゴリーでも見かけるスクリーンです。

ドラッグスクリーンの利点は、ピックを掛ける位置が高いのでロールやダイブしたときに、攻めるスペースが広く取れることです。また、エントリーを確実にこなうのに適しています。

③ピンダウンからのエントリー

オートマティックモーションモーションの、2人サイドからエントリーする方法です。攻めるリングに向かって、左の2人サイドのウイングがコーナーのディフェンスにダウンスクリーンを仕掛け、コーナーのプレイヤーがポップアウトしてボールを受けるエントリーです。ダウンスクリーンの正確さと、ポップアウトするタイミングがカギになります。

④ドリブルエントリー

U15のカテゴリーで多く見られるエントリーです。チームにしっかりとしたガードがいる場合、そのガードにボール運びを任せハーフコートオフenseに入るエントリーのやり方です。

何らかのサインを決めておくと、タイミングがつかみ易くなります。

プラスワンとして、トランジションからのエントリーを書きます。

リバウンドからのトランジションとします。4番がリバウンドを取ったとします。1番がアウトレットパスを受けます。2番（右ライン）、3番（左ライン）はランナーとしてサイドラインを走ります。リバウンドを取らなかった5番は、リムランナー（トランジション時にペイントに向かうコース走る選手）として、左トレイルライン（ペイントとペイントを結んだ仮想線）を走ります。

1番がボールを運び、2、3、5番が走り、4番は5番をトレイルするように走ります。このようにすると、1番、2番、5番が右サイドで3人の塊をつくり、3番、4番が左サイドで2人の塊をつくりやすくなります。

練習のときに、トランジションからハーフコートのオートマティックモーションオフenseへの入り方を、取り入れることをお奨めします。