

令和4年12月24日

# 南の風 For Junior 109

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。

インフロントカットは、ボールサイドを自分のDEFを背中に入れるようにカットすることで、遅れず全力で走ります。ボール来ればランニングミートして、ボールが来た方向の反対側を確認してパスします。パスを受ける逆サイドの選手は、ランナーとして走っていた選手です。すかさず1カットしてミートキャッチです。ここからは応用になります。逆サイドのランナーがノーマークであれば、パスしてシュートです。インフロントカットして選手がパスした後ノーマークならリターンパスすることもあります。またパスが入らなければ、パスした方向にカットします。そのときは、トレイルしてきたリパウンダーがカットして合わせシュートに行きます。

このようにして、狙い目をしっかり狙って合わせの練習をします。DEFをSDDLの段階に合わせて、実戦に役立つようにしましょう。

#### (4) パッサーとレシーバーの判断力

インフロントカットの場面に戻ります。リパウンダーがどちらかのサイドにボールをパスしようとした瞬間、逆サイドはインフロントカットに向かいますが、大きな声でボールを呼びます。このときパスがボールサイドの縦に出たら、そのままカットして進みそのランナーからボールを受けるようにします。

そのとき逆サイド側のランナーは、前にスペースがあるのならゴールに向かってカットしても構いません。スペースがなければ、インフロントカットしてボールを受けたミドルマンから、合わせのパスを受けます。合わせるときに大事なことは、レシーバーが声かけをすることです。パッサーにパスする場所を探させてはいけません。

ただパッサーの大切なことは、ボールを受ける前からフローア状況を把握しておくことです。ボールを受けてから「さあ、どうしよう」ではだめです。もちろんボールを受けた直後に状況は変わりますから、『声』だけを頼りにパスを出してしまうことは危険です。

ですから、ボールを受けた瞬間の判断（合わせるかや自分で攻めるか）が極めて大事になります。ドリルを行う際に、最初は一つひとつ丁寧に取り組んで見てください。そして少し慣れたら、DEFを付けて挑戦して見ましょう。

107号から、フィギアエイトの初期系プレーを支える基本スキルについて紹介しました。私はフィギアエイトという速攻を含めたボール運びは、U15世代では学習する内容がふんだんに含まれていると思っています。チームに突出したガードがいなくても、トランジション時に5人全員が判断して役割を担うことが求められるシステムだからです。現在U15のトップレベルで推奨されている、スリーユニットも優れたシステムだと思います。ですが、5人がトランジション時にそのときのポジションを素早く把握し、役割を果たしボールを運ぶフィギアエイトの考え方も、U15世代で身に付けるスキルや判断力を磨く上では、取り組む価値が大いにあると思います。皆さん、ぜひ取り組んで見てください。