

令和5年1月18日

# 南の風 For Junior 1 / 2

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

5アウトオフENSEの続きです。図解して読み進めてください。

## 2 シャッフルカット

オフボールマンがカットする動きです。アライメントはリード&リアクトと同じです。トップの1番が右ウイングの3番にパスする。すると左ウイングに付いていた2番のDEFは、自分から離れた場所へのパスなので一瞬気を抜くことがある。その瞬間左ウイングの2番がペイントにカットする。単純なプレーだが相手の油断を突くプレーなので、3番がドライブするより効果的な場合がある。3番からパスが入ればシュートか、アドバンテージの攻めができる。(2対1など) トップの1番はパスした後、その場に残るとDEFが2番のカットをヘルプに行くのでアウェーする。(2番の後ろへ) こうすると、スペースができて2番のシャッフルカットがなお有効になる。

2番にボールが入ってもシュートに行けなければ、3番とのハンドオフプレーに移ることもできる。もし2番にボールが入らなければ、2番は右コーナーにカットアウェーし3番がミドルドライブでペイントに侵入する。(2番と3番が交差する動きでシザースカットと呼ぶ)

2番がシャッフルカット(斜め)することで、DEFにヘルプさせないようにし、オフENSEをしやくすることができる。

また1番が3番にパスして2番のシャッフルカットにボールが入らないときに、4番と1番がポジションチェンジして、4番が3番からパスを受け、左ウイングの1番にパスする。その瞬間に今度は3番がシャッフルカットして、左右対称のように逆サイドから攻めるようにする。

このとき最初にシャッフルカットした2番は、右コーナーに切れる。右コーナーにいた5番は右ウイングに上がる。

このようにしてシザースカットをサイドを替えて行うことで、連続したオフENSEを展開することができる。

ここで大切なことは、『行きたいところは空けておく』ということ。攻めたいところがあるときに、選手は最初から行きたいところに行って立ち止まってしまうことが多い。そうすると狭くなって攻めることができなくなる。5アウトで始めに広がっておくのは、ペイントを攻めたいからで、わざとそこは空けておくことが大事になる。

このようにカッティングとドライブを中心とした5アウトオフENSEは、U15やミニバス世代で取り組むオフENSEシステムとして適していると思います。

5アウトオフENSEのデメリットとしては、①リバウンドに行きにくい、②インサイドが育ちにくい、ということが言えます。また、外のシュートばかりになってしまうこともあります。こうしたマイナス面は、予め指導者が理解しておく必要があります。

次号では、スクリーンを使った5アウトオフENSEを紹介します。