

南の風 For Junior 139

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

138号までオンサイドアタックについて紹介しました。

本号では、エリア3～エリア2でのアタックのポイントを書きます。

まず、エリア3でのポイントです。ドリブルでペイント（エリア3）に侵入したとき、その先のアイデアが無く、ドリブルを止めてしまうのは良くありません。ペイントまできたら、そのままシュートに行くか、パスを出すかの判断ができているときだけドリブルを止める（DEFを交わすステップやターンも判断材料の一つ）ようにします。

ここでペイントに入ったとき、そのまま攻め切りないと判断した場合のプレー『サークルアンダー』を紹介します。サークルアンダーとは、ゴール下を通過するといった意味になります。サークルアンダー後のプレーの選択肢は次の3つになります。

①アウトサイドへの合わせ

ペイントを通過しキックアウトで外へ合わせ、3Pシュートを狙うプレーや、外からトレイルする味方にパスしてシュートに持ち込むプレー

②自らがスコアするプレー

- ・ドリブルでペイントを通過しストップして、パスヘジテイト（パスする雰囲気を出す）しバックショットやリバースレイアップする攻め方
- ・ペイントを通過して攻めない素振りを見せ、ターンして戻りシュートする
- ・ヘルパー（センターのディフェンスなど）がスイッチした後、外に出たとき付いてこなければストップジャンプシュート

③ペイントドライブからキックアウトが警戒された場合、カールカットや逆サイドからの跳びこみにディッシュパスで合わせる

もしペイントまで入ってから攻め切れないと判断したときには、ドリブルは続けながら次のプレーへつなげます。シュートもできない、パスもできないというときはそのままペイントエリアを抜けて、エンドラインに沿って逆サイドまで走り抜けてしまえばよいのです。こうすればエリア2でステップバックするのと同じように、安全にもう一度仕切り直すことができます。

1on1で攻め切れるかどうかの判断は、エリア2までにしておくのが理想です。しかし、U15特にミニバスの選手はまだ未熟なので、1on1で攻め切りないことを前提にして練習しておきましょう。

次にエリア2で攻めきれなかったとき（ディフェンスにコースに入られて）のスキルを紹介します。以前にも取り上げたものです。パウンドストップ/パンチストップです。右オンサイドドライブでペイントに侵入しようとしたとき、ディフェンスにコースを取られたとします。右ドリブルで右足が前に出た瞬間、強いドリブルでサドンストップして右足を体引き寄せ、ディフェンスと距離（ズレ）を作ります。これがパウンドストップです。ズレができれば当然シュートです。相手が間合いを詰めて来れば抜き去ることもできます。ステップバックより上質なスキルになります。ぜひ取り組んで見てください。