

令和7年2月15日

南の風 For Junior 179

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

178号《ブレイク局面・(リクリエイト)》の続きです。

オンボール選手の判断の部分で、ヘルプが来ているかどうか分からないとか、自分が有利かどうか分からないでドリブル突いたらワン、ツーって踏み始めちゃうって選手だと、バスケット的にはかなりレベルが低い選手と言うことになります。たとえそれが、身体能力が高くてうまく点が取れるとしても、先々の成長を考えたら間違いなく伸び止まるので、**そういったところを育成からきちんと判断したり、しっかり相手を感じながらプレーしてきたりしたか、してこなかったかは、育成世代の指導者の大きな責任**となる部分でもあります。

オフボール選手も味方が有利か不利かを判断することになるので、**味方の1対1に対して有利だと思ったらスペースを与えるし、不利だと思ったらレスキューに行くってことです。**

ディフェンスでいったら、オフボールディフェンスのときにボールマンディフェンスが有利なら、ボールが守れているということです。**オンボールディフェンスが守れて有利ってことは、助ける必要が無いのでヘルプしないという判断が必要**です。**ボールが不利(抜かれそうなとき)だなどと判断したときは、素早くヘルプに行かなければなりません。**なので、**常にボールの状態が有利か不利かということをおフェンスでもディフェンスでも、観察して感じながらプレーを選ぶ必要がある**ので、「必ずミドルラインを踏みなさい！」みたいな教え方をすると、非常に「競争的なスポーツ」になってしまうということです。

不利そうならミドルラインまで寄っておこうとか、不利になりそうから。有利なら自分のマークマンについていたほうがダイナミックしやすいよね、っていうことを U12 からでもやれてるほうがいいねということ。

こういったことがブレイク局面でも、判断の予想として入ってくるということです。フィニッシュの局面までいってしまえば、もはやある程度の判断はし終わってフィニッシュまで行くので、それでも最後の最後まで選びたいとオンボールのおフェンスは、自分が有利ならフィニッシュするんですけど、最後の最後までもう自分が不利だと思ったら止まれる、フィニッシュをキャンセルできるというのも判断力です。最後のフィニッシュの場面でヘルプがブロックに飛んできたとき、そのヘルプのディフェンスに対して、マークマンが空いているはずだな、とディッシュパスが選べるようなことも判断力です。**プレーの中で有利不利を感じ続けるということが、バスケット的には価値が高い選手**ということになります。

ここで1 on 1 ブレイク局面の有利、不利の例を挙げて説明します。

読者の選手の皆さんは指導者の方から「ディフェンスの出てる足を抜こう」と指導された経験があると思います。攻める位置によって違いはありますが、基本出てる足側を抜いたほうが有利になります。なぜならば出てる足側を抜けば、ディフェンスは足を引く動作が一つ入るのでほんの一瞬対応が遅れるからです。次号ではこういった例を挙げて、「有利」「不利」について見ていきます。