

令和7年4月15日

南の風 539

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

期待値の高いシュートを選択することの続きです。

「期待値」の考え方を知り、その順番を意識しながら、ショットクロックが残り3秒になるくらいまでは、意図して期待値の高いシュートを選択することが目標となります。

▶意図して期待値の高いシュートを選択する

攻撃の局面でよくあることとして、ふいに期待値の低いシュートを打ってしまう、つまりはシュートの選択を早くしがちというものがあります。そこで問題点は二つ考えられます。

一つは、期待値は高くないと思いながら、がんばることと勘違いしてシュートを打ってしまうことです。この場合、オフボールのプレーヤーがボールマンに難しいシュートを選択させない努力も必要です。オフボールのプレーヤーは、自分のマークマンがヘルプしていないときは、それ以上自分は何もしなくても大丈夫と思いがちです。このことによって、ボールマンが孤立して難しいシュートを選択してしまうことがよく起こります。

もう一つは、目の前にある期待値の高いシュートを見落として、パスをまわしてしまうことです。(パスまわしが攻撃の目的ではない)。

こうしたことが少なくなるように、意図して期待値の高いシュートを選択することが大切です。

原則②有利なときは手間をかけずにダイレクトに得点をねらう ▶得点を取る

有利なとき、すなわちチャンスができているときには、攻撃の手数を増やすずにダイレクトに得点をねらうようにします。このとき、攻めに時間をかけることによって、ディフェンスに「態勢を整える猶予」を与えないようにすることが大切です。「勝てるときに勝つ」ことが勝負の鉄則です。例えば、パスを素早く展開したとき、ディフェンスがクローズアウトして遅れてマッチアップしてきたにもかかわらず、攻めずにパスを選択するシーンが試合中に何回あるでしょうか?この機会損失をなくすことこそが、パフォーマンスアップにつながります。

原則③不利なときは無理をせずに手間をかけてじっくり得点をねらう ▶得点を取る

不利なとき、すなわちボールマンがボールを失いそうなときは、無理して攻めようとするよりは、態勢を立て直すことを意識します。焦ることはできません。「やり直せば良い」と思えるだけで、コート上の5人は落ち着いてプレーできるはずです。ボールマンは安全にピボットを踏みながらボールを守り、レシーバーはワンパスアウェイの距離で安全ボールを受けてあげる意識が重要です。こうした「手間のかけ方」をチームで共有してトレーニングしておくことで、バタバタした展開をしなくても良くなります。

原則④チャンスをつくる意思を持つ ▶チャンスをつくり拡大する

シュートを打つために、ボールを前進させ、シュートチャンスをつくる必要があります。 次号です