

南の風 540

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

バスケットボールの基本原則、「チャンスをつくり拡大する」の続きです。

良いシュートチャンス、すなわち期待値の高いシュートを常にねらうには、攻撃を組み立てる段階（クリエイイト）で、相手よりも先手を取ってチャンスを広げることがポイントになります。

● チャンスをつくり、チャンスを突くという考え方

ここでは、チャンスをつくり、またそれを大きくするための基本的な考え方を示します。その際に重要になってくるのが「チャンスを突く」という考え方です。「チャンス」とは相手の弱い部分、すなわちディフェンスの組織的な態勢や、個々のプレーヤーの準備ができていない状態のことです。それこそが攻撃のチャンスであり、オフェンスにとってのアドバンテージ（有利）でもあります。具体的には以下の3つの状態を指します。

① ゴールラインが空いている

【ゴールライン】：ボールマンとゴールを結ぶ仮ラインのこと。ボールラインは、ボールの位置を示すときに用いられるベースラインと平行の仮想線のこと

② ディフェンスにマッチアップされていない

③ ミスマッチ

【ミスマッチ】：ミスマッチは「不釣り合いな組み合わせ」の意味。例えば、背の高いオフェンスプレーヤーにたいして背の低いディフェンスプレーヤーがマークせざるを得ない状況のことで、この状況はオフェンスにとってのアドバンテージである。

「チャンスを突く」とは、これらのアドバンテージを攻めて、効率よく期待値の高いシュートをねらうことです。ただし、そのチャンスを突くためには前提として「チャンス」をつくる必要があります。この目的を果たす強い意志と、その手応えを常に確認しておくことが重要です。なぜなら、相手ディフェンスはチャンスをつくらせないためにあらゆる方法で妨害し続けてくるからです。

チャンスをつくりだすためには、攻撃を組み立てる段階でコート上の5人のプレーヤーが状況の先読みをしながら、的確に判断して動く必要があります。そのためには以下の2つが鍵になります。

(1) クリエイトする

クリエイイトとは、チーム5人が協力して相手のディフェンスに揺さぶりをかけ、意図的に有利な状況をつくりだすことです。

◆ ボール&プレーヤームーブメント

ボールマンとオフボールプレーヤーの動きのコンビネーションことです

◆ 1対1アイソレーション

【アイソレーション】：アイソレーションとは「隔離、孤立」の意味です 次号にします