

令和7年4月24日

南の風 *For Junior I 86*

南部地区ミニバスケットボール連盟

会 長 藤原 敬一

『クリエイト局面』の続きになります

185で例に挙げたようにセンターのポジションによって、原則を決めておけばノーコールでクリエイトに入ることができます。

同時に誰がそのアクションを決める（選択する）のかを決めておく必要もあります。原則としてボールマンがその役割を担いますが、そのときでもボールハンドリングが得意な人とそうでない人に分けるとよいと思います。

ボールハンドリングの苦手なボールマンである場合は、ドライブの伴うピックプレーは難しいので、パスハンドオフを狙います。もしピックプレーを選択しても、そこからのアタックで滞るとしたら、ピックからDHO（ドリブルハンドオフ）のアクションに入ることもできます。そうした原則を持っておくことで、選手たちは自分の苦手なことで勝負しなくてもよくなります。次の流れに移行しながら、得意なこととで勝負できるのです。

このようなアクションを「ディジションメイキングゾーン」（プレー選択の判断をするエリア。3Pラインの上2m辺り）で選択しておけば、ダウンヒルの勢いを利用してアクションに入れるため、より有利に攻撃することができます。

●リクリエイト

リクリエイトとは再びクリエイトするということです。U15、U12では1回攻めてダメだったらもう諦めるという選手が多いのですが、1回攻めてダメでも、何回でもクリエイトできるという共通認識のあるリクリエイトを設定しておくことが大事です。一の矢が失敗したときに、二の矢、三の矢を継ぐわけです。1回目のクリエイトがうまくいかなかったときに、「失敗した」というマインドで次のプレーに移ると、結果として難しいシュートを選択したり、ミスが起こったりしてパフォーマンスが下がります。「次はこのプレーでやり直せる」、「（24秒以内であれば）何回でもクリエイトはできる」という前向きなマインドセットをしておくことで、不安が解消され、落ち着いてプレーを続けることができ、また、相手の意図の裏を積極的にねらうなどのパフォーマンスの向上にもつながります。

▶「とりあえずのプレー」を「意図あるプレー」に変える

リクリエイトできるというマインドセット（思考パターンや信念）があれば、例えばピック&ロールをリジェクト（スクリーンを使わずに、違う方向に攻める）してねらってみようといった、意図の裏を突いたプレーを積極的にねらうこともできます。プレーを崩す怖さを、リクリエイトがあるからやってみようというマインドを持つことによって、克服できるのです。

24秒という時間をいかにポジティブに、クリエイティブに、チームが息の合った状態でやり続けられるか。その問いを解いていくほうが成果も出やすくなります。

次号にします