令和７年５月15日

南の風 For Junior188

南部地区ミニバスケットボール連盟
会　長　藤原　敬一

１８７の続きになります。今このFor Juniorでは、お尋ねのあった「クリエイト」局面から波及して「チャンス」局面について触れています。『ゲームモデル』の**≪オフェンスの５段階の原則≫**が中心になります。

そして、南の風通常号では、『ゲームモデル』の４局面の原則、「１.攻撃の局面」「２.攻撃から守備の局面」「３.守備の局面」「４.守備から攻撃の局面」に沿って、ゲームの流れからクリエイト→チャンスに触れています。

被る部分もあります。整理して読み進めてもらえれば幸いです。

それでは進めます。「チャンスとは何か」、簡単に言うと「勝ちどころ」です。攻撃の５段階の考え方を提示していますが、キャスティングは「攻撃の始まり」、クリエイトは「チャンスメイク」、チャンスは「勝ちどころ」、ブレイクは「アタック中」、フィニッシュは「シュート」で、チャンスメイクのあとのズレができた状態、すなわち勝ちどころを見逃さずに攻めるという発想です。勝てるところで確実に勝ちを重ねていくことが勝負の鉄則です。

戦い方としては、シンプルで発揮しやすい技術で戦うのであり、難しいことをする必要はありません。個人の勝ちどころを頭に叩き込んで、勝ちどころを見つけたらすぐに反応できるよう、体に染み込ませておく必要があります。

原則❶ボールマンはシュートを第一に考える

目的▶ノーマークのシュートを打つ

ボールマンは自分のシュートエリアであれば、第一にシュートを考えます。ボールマンがシュートの構えをすると、ディフェンスは手を上げて体のバランスを崩してしまうので（オフバランス）、特に手を上げたほうの足（前足）の側は１対１の攻め（ドライブ）がしやすくなります。またディフェンスが前に出てくることで左右のバランスを崩したら、ディフェンスの体の中心線（胸）がゴールラインから外れる、すなわちゴールラインが空いている状態をつくりだすことができます。

オフボールのディフェンスも、ボールマンがシュートを構えることによって、ボックスアウトをしようと自分が守るべき選手に意識が向かうので、ヘルプディフェンスへの対応が遅くなります。

🏀ボールマンの構え

「構える」ことに関して、コーチとして考えさせられるのは、いくら「構えろ！」と指示を出しても、選手にとっては実際に構えることが難しいという事実です。U15の選手と話していて分かったことは、「構える」よりも「カウンターの１対１で抜く」ことが先だって、どうしてもボールを低い位置に構えてしまうということです。１対１のドライブに自信を持っている選手はなおさら、その動きが体に染みついています。

次号に続けます