

南 の 風 5 4 3

南部地区ミニバスケットボール連盟

会 長 藤原 敬一

前号の続きです。

原則⑥チャンス拡大する ▶チャンスをつくり拡大する

ボールマンがチャンスを攻めるときに、ボールマンだけではなく、チームでそのチャンスを生かして攻めることが重要です。オフボールプレーヤーはボールマンの攻撃に対して、自分をマークするディフェンスがヘルプしにくく、ヘルプしたら戻れないポジションをとり、ボールを呼ぶことがその基本となります。結果として、もともとのチャンスを土台として、ディフェンスに適応してさらなるチャンスへと発展させることができます。

このようなオフボールプレーヤーのプレーを「サポート」と呼んでいます。バスケットボールのオフenseのパフォーマンスは、この「サポート」の質に大きく影響を受けます。サポートとは、味方のプレーの補強、あるいは補助であり、相手にとっては嫌がるプレーになります。

ですから、相手がヘルプをしたら「その代償を相手に払わせる」ことができるようになり、相手ディフェンスにとって大きなジレンマを与えることができるようになります。

原則⑦ボールを失わない ▶攻撃権を失わない/攻撃権を増やす

ゲームに勝つとは、最終的に相手よりも1点でも多く得点することです。両チームにほぼ同数の攻撃権が与えられたとすると（得点の期待値を考えない）、最終的な合計得点を増やすには、シュート回数を増やすことです。そのためにはまず「ミスによって攻撃権を失わないようにする」ことが重要です。ゴールを狙うことだけを考えて、簡単にボールを失うことはあってはなりません。また、不利なときに焦ってボールをなくすことも避けなければいけません。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狙うことも必要です。

原則⑧リバウンドを獲得する ▶攻撃権を失わない/攻撃権を増やす

オフenseリバウンドを獲得して攻撃回数を増やすことを目指します。ターンオーバーを減らすことと同様に、攻撃権の数にこだわる意味でも重要です。一方で、やみくもにオフenseリバウンドに飛び込んでしまうと、相手にボールを取られたときに速攻を出されてしまうリスクもあります。このリスクバランスをとることが重要です。

● オフenseリバウンドのトライアングルポジション

皆さんご存じのようにオフenseリバウンドの基本的なポジションは、「トライアングルの3人」（両ショートコーナーのやや上に1人ずつ、そしてペイントエリアの中央辺り）と、ロングリバウンドに備えてフリースローライン辺りに1人、そしてセーフティ（3Pラインの外辺り）となります。

● オフenseリバウンドにおけるタグアップ

近年のオフenseリバウンドに入る際の考え方です。従来オフenseリバウンド獲得には、ディフェンスよりも内側（ゴール側）のエリアに入るほうが有利だと考えられていました。しかし最近では、タグアップという考え方も出てきました。詳しくは次号にします。