

南の風 For Junior 192

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。胸の前でシュートできる体勢でボールを構えていれば、ディフェンスは手を上げざるを得ません。(勿論シュート力があることが前提です)しかし、ボールを下げているとディフェンスは距離をとってくるので、「足の外側に自分のフリーフットを出す」という攻めができなくなります。

(2) ピボットから

ピボットの場合は、1歩でディフェンスの外に足を踏み出せるような近い間合いかどうかを見極めます。ピボットフット(軸足)側のポケットにボールを構えます。駆け引きのポイントは、ディフェンスがフリーフットをどう守っているかです。ボールマンがジャブステップを出したとき、ピボットフット側にディフェンスの両足があれば、そのままフリーフット側に攻めます。しかし、フリーフットの正面にディフェンスの両足があれば、その外側を踏み越えることはできません。(したがってその方向に攻めることはできません)。そのときはボールをピボットフット側のポケットに構えているので、ジャブステップからのクロスオーバーステップでディフェンスの外側にドライブの足を踏み出して攻めることが出来るのです。

(3) ドリブルから

ドリブルしているときは、ディフェンスが下がりながら守っているので攻めやすいタイミングです。ドロップスタンスやスキップで近づいて間合いをつめながら駆け引きを行います。

攻めのタイミングを予測する状況としては、トランジション、ダウンヒル、攻め直しのヒップローテーション、左右に振るスイングなどがあります。ディフェンスが下がっているときにはシンプルに攻めることが大切です。トリガーステップから状況を見るようにします。

● ボールを持ちすぎない

いっぽうで「ボールを持ちすぎない」ことも大切です。カウンター1対1と mismatchでの1対1、そして個の優位性を発揮できるアイソレーションでの1対1以外は、安易な1対1を選択せず、ボールムーブとアクションで攻めます。状況にもよりますが、優位性を見出せないところで無理をしても結果は伴わないし、時間を浪費することになります。例えばショットクロックが6秒を切るまでは、無理やり1対1を仕掛けるよりは、パスでつないで次のアクションを狙ったほうがよいと考えます。優位性があればいつでも攻めていいのですが、時間を掛けすぎてはいけないということです。(練習のスクリメージの中で共通理解しておきましょう)ある時点で優位性があったとしても、時間が経てばディフェンスは待ち構えて態勢を整えることができるので、その優位性も消失してしまいます。**優位性がはっきりしているのはカウンターや mismatch ですが、もう一つはっきりしているのは、トランジションの1対1**です。これらのチャンスをはっきりと認識して攻めることが重要です。

対等以上の力を持つ相手に対しては、ボールムーブとアクションで攻めたほうが攻略しやすいと考えます。ボールムーブとアクションを活用しながら、その中でカウンターの状況や mismatch が起これば、1対1を狙っていきます。

次号に続きます