

南の風 553

南部地区ミニバスケットボール連盟

会長 藤原 敬一

トランジションオフェンスの、オフボールのプレーヤーがサポートにまわることの続きです。

ボールマンが不利の場合は、状況に応じてオフボールプレーヤーがボールを受けに戻るか、前に進んで異なる場面、例えばボールマンの動くスペースを広くしたり、他のオフボールプレーヤーがパスを受けるスペースをつくったりするなどの、選択を瞬時に行います。

このセンサー（状況を察知する感覚）が希薄で「とにかく走る」という意識のプレーヤーが多い気がします。こういったことを見逃さないコーチングが重要だと思います。原則として、オフボールプレーヤーは、ボールマンが有利なのか不利なのかによって走り方が変わるはずです。そうしたセンサーを持っておくことが安全第一のキーワードです。

ファストブレイクのような速いボール運びのときでも、また相手にシュートを決められて、じっくりボール運びをするときでも、ボールマンが余計なプレッシャーを背負うことなく、攻撃に移行できるよう、チーム全体で協力することが大切です。

🌸 戦術的負荷

相手チームにプレッシャーをかけられ、ボール運びがスムーズに行えないことは、育成世代（U12～U15）はよく起こります。行き詰るときのために意識的にトレーニングする必要があります。そのときにサポートすべき選手が「まずいボールをつながなければ」と思って動き出すと、セルフイメージが下がり慌てたりすると、プレーの精度が落ちてしまいます。「戦術的負荷」に耐えられなくなるからです。

「戦術的負荷」とは、戦術的に考える要素が多すぎて動きが遅くなることです。育成世代は特にこのダメージが大きいので、このトレーニングが重要になります。

また、相手ディフェンスの戦術や、それを解決する他の戦術のレベルが高まると「戦術的負荷」に耐えられない選手が出てきます。選手が意識しないとできないような戦術的なタスクが多いと、プレーに迷いが生じて判断も遅くなり、結果としてプレーの強度（インテンシティ）が下がってしまいます。

コーチは、選手の戦術的負荷への耐性をさまざまな側面から解決していくことが大切です。戦術的負荷が表面化するの、例えば相手チームにプレッシャーをかけられ、ボール運びがスムーズに行えず、行き詰ってしまうようなときです。ボール運びをした後のプレーの精度や遂行力が落ちないように、守備から攻撃の局面でセルフイメージを落とさず、冷静にプレーするトレーニングをしておくことが大事です。特にオフェンスに課題を抱えるチームは、この視点をもとにパフォーマンスを再評価すると良いと思います。

🌸 気の利いた選手

チームメイトがスムーズにプレーするためのサポートを瞬時に見極め、実行できる選手を「気の利いた選手」と呼びますが、相手にプレッシャーをかけられた場合は、気の利いた選手であっても困っているボールマンからボールをもらえない場合があります。サポートに動いてもボールが来ないのは、ボールマンが「パスできない」と判断しているからです。

次号にします