

2024年11月27日（水）

老球の細道840号

### 第5回会津地区トップアスリート講習会雑感

会津バスケットボール協会 室井 富仁

受講者、指導者共に史上最高の人数でスタートしたトップアスリート講習会も11月24日（日）第5回を終えた。平家物語にもあるように栄える者久しからず、いずれ滅びる。

今回の講習会は色々な行事（ミニバス地区大会、U-15県大会）などと日程が重なってしまったせいか、参加者が10数名で、指導者数よりも少ないという大惨事が起きてしまった。日程の重なりではなく、私が今まで実施して来た講習内容が不評だったこともあるのだろう。謙虚に反省しなければならない。ただ参加してくれた子ども達は多くが会津若松市以外の猪苗代、南会津、会津美里などから来てくれていて、指導者も相馬、郡山からも来てくれたので、その熱意に報いられるよう気を取り直し少数精鋭で頑張った。

今回のテーマは「チームオフenseファンダメンタル PART1〈ドライブ&スペーシング〉」であった。「味方がドライブした時に他の4人はどのようにして合わせるか」ということを理論と実技で学習してもらった。

スペーシングとは、オフenseの味方同士が4・5mから6mくらいの間合いを取りながら、味方のプレイに合わせてることを言う。レベルの低いゲームはボールに集まり、レベルの高いゲームはコートを広く使って攻撃する。多くのコーチがチームオフenseとは何かと問われると、一言で「スペーシング」と答える。適切なスペーシングは、ボールマンから一定の距離を取ることで自分のデイフェンスがヘルプに行くことをむずかしくする。

ちょうどミニバスケット地区大会が行われていたが、ゲーム内容を見るとスペースが狭い状態の中でドライブするので、ボールマンがヘルプデイフェンスに潰されてターンオーバーをするケースが非常に多かった。各チームに1：1の優れた選手がいるが、他の4人がスペースをつぶして邪魔をする。そのタレント選手もチーム5人の一人として機能することができず、ボールを持たないと何もできない、アシストをもらうこともできない。

スペーシングはミニ、中学時代の選手達にとって必須のファンダメンタルである。初期段階から指導しなければ定着しないし、反復に次ぐ反復で満腹になるまで練習しないとゲームで自然に動けるようにはならない。高校生、一般の選手でもできない人たちは多い。

スペーシングには簡単なルールがある。「サークルルール（ムーブ）」と呼ばれる。ボールマンを基点にサークル状に動くシンプルなルールである。具体的なキーワードは「4Dルール」とも言われる。①ドライブ（Drive）ドリブルでゴールヘアタック②ドリフト（Drift）ドライブから離れる③ドラッグ（Drag）ドライブを追いかける④ディッシュ（Dish）ゴール下を横断する⑤ダイブ（Dive）ペイント内にカットする。

講習会の最後に松井遵一郎前会長から、プレイの意味を言葉で表現できなければ、そのプレイはできないという総括の挨拶をいただいた。ターンオーバーのほとんどはスペーシングがわからない、できないから起こる。多くのチームはこの現実を理解してほしい。