

第246回 令和8年6月9日（火）

「オフENSEのポイント」

バスケットで1on1をイメージしてみてください。例えば公園のゴールがある場所で、二人がオフENSEとディフェンスに分かれて向かい合わせになります。ディフェンスプレイヤーがオフENSEにボールをパスして1対1が始まります。

ドリブルやフェイントで相手を崩してシュートまで持っていくのが普通の形です。

もし試合でこのような1対1をやっていたら、技術があるチームや身長があるチームが100%勝ちます。もちろん強いほうが勝つというのが当然の法則なのですが、それでは弱者は試合をする意味がありませんよね。

弱いチームは勝つために、1対1が始まるまでにどれだけディフェンスが不利になるように準備するかが大事になります。例えばオフENSEを見ていなかったとか、位置につくのに遅れてしまったとか、ディフェンス側が修正をしなければならない条件をつくる、これがポイントになります。

そのためにはボールを持っていいプレイヤーがいかにか動くか、そして動き続けるかが大事になります。実際にボールを持った瞬間にどれだけディフェンスが不利になるか、1対1ではなく1対0.5とか1対0.3をつくることを目指すわけです。

それにはスクリーンというディフェンスを妨害するプレーや、動きながらボールをもらうプレーが有効になります。タイミングが重要なので多くの時間、練習に費やす必要があるのは言うまでもありません。

実は日常でも同じような原則があります。例えば会議で通すのが難しいプランがあった時、いかに根回しをして事前の準備をしておくか。ディフェンス同様、会議で反対をしそうな人間と先に議論をしておくことも必要になるかもしれません。

正面突破は力を持った強者の論理です。これができるのであれば策を弄すことが失敗につながることもあるので正攻法が一番です。ただ多くの場面において挑戦者となることのほうが圧倒的に多いので、いかに守備をくずして穴を作るかが戦略になります。

「当たって砕けろ」と言いますが、無策を精神論でごまかして相手にぶつかっても結果がでる可能性は低いので「当たる前に条件を整えてから当たって砕けろ」が良いのではないかと思います。バスケットは番狂わせの少ないゲームと言われていますが、20点差以内の力の差はいくらでも覆せるといつも考えていました。