ゾーンディフェンス (マッチアップゾーン) について

ハーフコート2-1-2ゾーン(防御編)

☆ゾーンディフェンスの目標 = ①オフェンスにミスをさせる ②ディフェンスリバウンドをとる

☆マンツーマンとの違い マンツーマン : マークマンに責任を持って守る

ゾーン : ゾーン(場所)に責任を持って守る

☆2-1-2ゾーンディフェンスの利点

- ① 下の三人が三角形になっているのでディフェンスリバウンドがとりやすい。
- ② リバウンドを取った後、トップの2人が走って、速攻を出しやすい。
- ③ 2-1-2から3-2, 2-3~変形が簡単にできる。

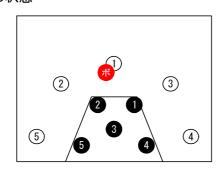
☆2-1-2ゾーンディフェンスの約束(守る立場の側)

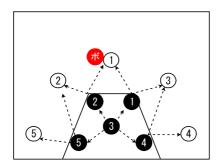
- 第1線の人はパスの方向づけをする。シュートをフリーで打たせない。(マンツーと同じ。マッチアップ)
- ・ 第2線の人はパスカットをねらう(ゾーンの目的の一つ)
- ・ 第3線の人は、ボールとマークマンを両方見る(ピストルスタンス)。また、敵を台形の中に入れない (=フラッシュさせない)ようにガードする。
- 全体像:

オフェンスがドリブルを開始する前は 1-2-2に変形 オフェンスがドリブルを開始したら 2-2-1に変形

☆2-1-2ゾーンの最初の状況

☆最初の状態





基本的に一人が2人のプレーヤーを守る。 **③**は自分以外のプレーヤーをカバーする。

◎記号

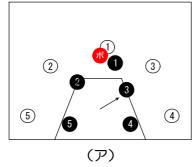
- ①~⑤がオフェンス(敵のチーム)
- ●~ ⑤はディフェンス(見方のチーム)

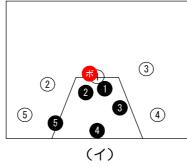
おがボール

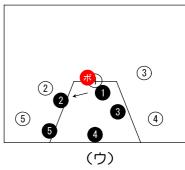
場所的な分担 2番の守る範囲 共通エリア 1番の守る範囲 2 1 3 3 4 4 5 5 番の守る範囲 3番の守る範囲 4番の守る範囲

- ◆ 共通エリアは、●②の両方が守る範囲。
- ◆ 3は台形から出ない範囲でカバー
- ◆ **4** ∮はゴール下へ敵を入れないように ガードする。

A. ボールがトップ

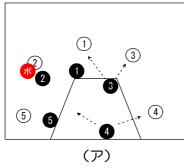


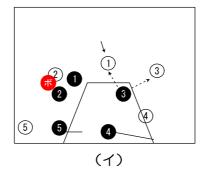


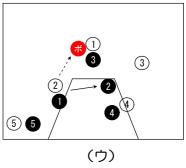


- (ア) ●が①のチェックへ行き方向づけをする(図では、②にパスが行きやすいように方向づけをしている。) ●はボールと③が見えるところに移動。 Φは❸のカバーと、●をヘルプできる場所へ移動する) (1-2-2に変形)
- (イ) ①が正面からカットインに来たら、**12**でダブルチーム。**3**は下がって③へのパスカットと④が入ってくるのに注意する。**4**は最後の砦となり、台形に入ってくるオフェンスをチェックする。(2-2-1に変形)
- (ウ) ①のドリブルが止まれば**②**は②のマークへ戻る(ショーディフェンスという)。(1-2-2にもどる)

B. ボールが 45 度

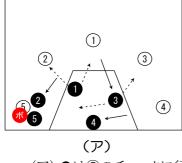


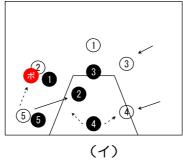


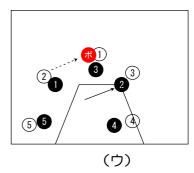


- (ア) ②が②のチェックに行く。 **①**は②のポジションをカバー。 **③**は③とボールが見える位置まで下がる。
- (イ)②がカットインすれば、●②でダブルチーム。 ⑤は⑤へのパスをねらう。 ⑥はボールと③の両方が見えるところまで下がる。①へボールがいったら②が①につく。 ④は④が台形に入らないようにブロックする。
- (ウ) ①へのリターンパスは❸がパスカットねらい。❷がローテーション。

C. ボールがO度

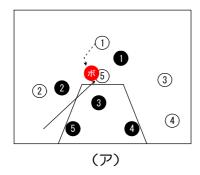


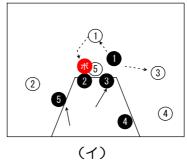


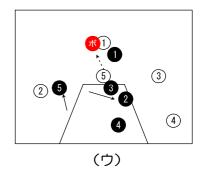


- (ア) ⑤は⑤のチェックに行く。状況によってドリブルがなくても②は⑤とダブルチームを組む。 ⑥は② へのパスをカットをねらいながら①にも注意。 ⑥はボールと①③が見える位置に下がる。 ④は最後の砦となる。
- (イ) ②にボールが戻るとき、 ●はカットをねらう。 カットできなかったら②のマークにつく。 ❷は ●のポジションのカバーにいく。 ❸は①へつく。 ④は第3線になるので、 ピストルスタンスをとる。
- (ウ) ボールがトップにもどったら、②は(原則として)ボールから一番遠いプレーヤーにローテーションする。(❸が③についてしまったときは、②は①にローテーションすればよい。)

D. センターがハイポストに立ったとき(ゾーンの原則を守る場合)



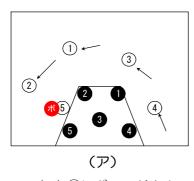


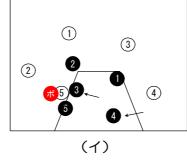


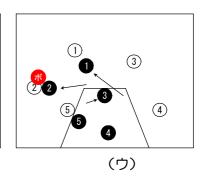
- (ア) ⑤にボールが入る。
- (イ) ①から⑤へバウンドパス。❷❸でダブルチームを組む。❸は②、❶は①③へのパスをカットに行く。①③へのリターンパスは、❶がカットをねらう。③へのパスは取りやすいが、①へのパスは取りにくいがねらう。
- (ウ) ①へのリターンパスが取れなかった場合は、 ●はそのまま①のマーク。 ②が③のマークへローテーション。 ③は⑤と台形をしっかり守る

※ゾーンの原則を外すなら、⑤には⑤がつく場合も考えられる。しかし、ゴール下が空くことになる

E. センターがミドルポストに立ったとき







- (ア)⑤にボールが入る。
- (イ) **3** ⑤でダブルチーム。 **2**は①のパスと②のパスの両方をチェックしなければならない。 **4**は 3 線のポジションをとる(ボールと④の両方が見える位置)。 **1**は③④が入ってくるのに注意する。
- (ウ) ②にボールが返った場合、②がパスカットにいっているはずなので、②はカットできなければ② のマークにつく。③は⑤からはなれて③をみる。①には⑥がつく。④は④を見つつ、最後の砦となる。

☆2-1-2の原則

ダブルチームを組んだとき, ● 2 日はローテーションをする。 4 日はそのポジションのまま。

☆2-1-2の鉄則

とにかく、ディフェンスリバウンドは決して取らせてはいけない。