

平成 28 年 12 月 31 日

南 の 風 2 1 3

南部ミニバスケットボール連盟
会 長 藤原 敬一

212号の続きです。

皆さんご承知のように、ミニバス及び中学校のバスケットボールでは、マンツーマンディフェンスの推奨により、今年度から『マンツーマン基準規則』に則ってゲームが行われています。

ディフェンスがマンツーマンで守ってくるわけですから、オフェンス側はスクリーンを使ったプレイで対応する機会が大幅に増えるはずで、従って、今後さらに正しいピックの仕方やアフタープレイ、合わせ方が必要になります。

東京都大田区のクリニックの内容は以上です。参加した中学生は一つひとつのメニューに、たいへん熱心に取り組んでいました。また指導者の方は、指導のポイント部分を細かくチェックし、不明な部分は質問して確認されていました。参加者の皆さんの熱意に押され、当初の予定時間よりも1時間追加しました。付け加えた項目は『スクリーンの掛け方』についてでした。

今回のクリニックは、中学から始めた初心者（ミニバスを経験していない）が対象でした。経験の少ない選手に共通するのは、メインの指導内容以外の基本的なスキルで躓いてしまうことが多いことです。クリニックを展開しながら、中学校の指導者の苦勞が、伝わってきました。ある指導者の方が「ミニバス経験者が入ってくるとほっとする」と言っていました。

私自身、スピカサークル（中学生の練習会、13の中学から約40名参加）で指導していることもあり、このような『クリニックの講師』という機会を与えていただき、これからの指導に役立たせることができました。心より感謝致します。後の懇親会でも様々な意見交換ができ有意義な一日でした。

さて、今年もあとわずかとなりました。

毎年サザンクロス連盟で作成しているDVDの録画撮りを、平成29年1月3日に行います。今年は下記の内容です。実技は永田台ビーバースの女子が行います。

1 スクリーンの正しい掛け方

- ①シグナル ②アングル ③ポジション ④アフター

2 アフターの種類

- ①ピック&ダイブ ②ピック&ロール ③ピック&ポップ ④ピック&スリッパ

3 合わせ方

- ①アフターの4種類の合わせ方 ②他の4人のポジションとリフトの合わせ

4 スクリーンの外し方

- ①ショウフラット ②ショウハード ③ショウトラップ

5 フレックスカットオフェンス

- ①基本的な動き（左右対称の動き） ②バックスクリーンとダウンスクリーンの掛け方
③エントリーI（オフェンスの始め方） ④UC LAカットからの合わせ

以上です。オフボールスクリーンもあります。正しい掛け方を参考にしてください。