

平成30年度 第5回各地区U14選抜バスケットボール育成センター活動
兼U13県南選抜選考会報告（県南地区）

- 1 日 時 平成30年 11月17日（土） 13:30～16:30
(晴れ 気温15℃)
- 2 場 所 東風の台公園体育館（男子） 白河市立東中学校（女子）
- 3 参加生徒 ・育成センター（DC）男子 25名 女子 33名
・U13選考会 男子 20名 女子 30名
- 4 指導者 男子5名 女子5名
- 5 練習内容（トライアウト内容）

男子

- (1) ウォームアップ
- (2) コーディネーショントレーニング
- (3) ハンドリング、ボールスティールゲーム
- (4) 1対2 ポジション別ハーフコート
- (5) オンボールスクリーン2対2
 - ・インサイドスクリーン
 - ・アウトサイドスクリーン
 - ・ライブ
- (6) オフボールスクリーン（ダウンスクリーン）
- (7) スクリメージ
- (8) ダウン



女子

- (1) ウォームアップ
- (2) コーディネーショントレーニング
- (3) リバウンドドリル（3人1組）
- (4) ディフェンスフットワーク
- (5) 1対1（エリア3）
- (6) 3対3
- (7) スクリメージ
- (8) ダウン



第1回から第3回の練習会までに1対1のためのスキル練習に多くの時間を割いてきたが、前回から1対1に加え、2対2の形態で練習も進められている。基本的な動きやコミュニケーション、スペーシングを押さえた上で、判断を高めるための説明やドリルが行われ、「なぜその選択をするのか」に重点が置かれた練習となった。スクリーンに関しては、しっかり壁としての役割を果たせない選手が多く見られたが、指導を重ねるうちにプレーに変化が見られるようになってきた。1対1から2対2になった途端に判断材料が急激に増え、その難しさを感じている選手もいたが、良いプレーを見ることも含め、2対2の面白さを感じているようだった。一方で2対2を取り入れたところで、全体的にコミュニケーションや必要な声かけの不足が浮き彫りになり、このことを今後の課題として指導者と選手間で共有したいと考える。

今回のDCはU13の選考会も兼ねていたため、対人練習、ゲーム形式の時間を多く割いた。次回も1対1のスキル向上を基本とし、その中で「スクリーンを使った2対2」の練習を進めていきたいと考えている。

県南地区担当 新井田貴之