

2022年度 第1回リフレッシュ研修会

研修テーマ『名将から学ぶ!! 自ら考え、判断し、行動するバスケット』
～1 on 1、2 on 2を作り出すためのスペーシングの考え方～

日本バスケットボールのアンダーカテゴリー（U15以下）では「プレーヤーズファースト」の精神のもとに、「マンツーマンの推進」及び「目先の勝利に捉われない長期的な視点に立った指導の推進」がなされ、定着しつつあります。その効果として、1 on 1でバスケットボールを楽しむ環境が作られ、個人のスキルアップや状況判断力・理解力・想像力の向上が図られています。

また、SNSなどのメディア機器の発展により、多くの個人スキル動画が配信され、プロのコーチによる指導法やオンラインでのプロ選手のスキル紹介など、トップレベルの指導や技術が身近に手に入る情報化時代でもあります。

その結果、強力な1 on 1の突破力、得点力のある選手、オールラウンドで活躍できる選手、ディフェンス力の強化など、将来的に活躍できる選手が確実に育っている状況です。

半面、1 on 1スキルを重んじるあまり、周りの4人の動きがなく、能力のある選手（1 on 1を得意とする）に頼りきりの試合も少なくありません。そこで、5人の動きで相手を崩すスペーシングの考え方をしっかりと理解し、選手自らが考え、判断しながら、1 on 1や2 on 2を作り出すことができれば、さらに攻撃力が高まり、自分たちのリズムがうまれ、シュート確立があがり、よりレベルの高いバスケットが展開されると考えます。

この度は、多くの指導者の方と話すきっかけがあり、困り感や悩みごとを伺う中で、上記のテーマを設定し、講習会を実施することといたしました。よりよい研修会となりますことを期待申し上げます。

担当

PULLSバスケットボールクラブ
HC 佐藤 友大