U12ブロック育成センター　マンツーマン推進講習

〇マンツーマンディフェンスの基準のポイント

1．マンツーマンディフェンスをしていることが分かる現象の理解
　① アイコンタクトや言葉のサイン
　② 指差しなどの手のサイン
　③ ボールやオフェンス側プレイヤーの移動に合わせての位置の移動

2．ディフェンスのスタート
　① チームとして付き始めたエリアから
　② マッチアップエリアから

3．オフェンスをとあええる姿勢
　ディフェンス側のプレイヤーは、マークマンの動きに合わせえ常にマークマンが見えるか感じ取れる位置に移動

4．ヘルプサイドディフェンス
　ヘルプサイドのマークマンにマッチアップするディフェンス側は、片足または両足がヘルプサイドに触れている事。ミドルラインを超えない

5．トラップディフェンス
　①トラップの条件：オンボール・パスが空中にある間に移動できる距離でパスを受け瞬間にトラップを成立させることができる
　③ 自分のマークマンとボールをコントロールしているオフェンス側プレイヤーとの距離が２～３ｍで移動が安易にできるとき
　　オフボール・制限区域内において予測に基づいてトラップすることはできない

〇マンツーマン推進ケース動画
　「動画視聴」　　URLよりYouTube動画

https://www.youtube.com/watch?v=xh2JpMFVVgw

東部支部育成担当　高岡稔