

区連盟主催ミニバス教室（第二日目）

区連盟主催ミニバス教室 開催（10月22日）

東京都のジュニア育成地域推進事業「板橋区バスケットボール連盟 ミニバスケットボール教室」の第二日目を開催しました。

9月17日、11月26日と全3日間で行う教室の第二日目は、J X - E N E O Sさんのミニバスケットボールクリニックを行いました。

山田久美子コーチ、新原茜コーチ、寺田弥生子コーチ、大山妙子コーチ、小池清美コーチ、山口里美コーチ、原田裕花コーチ、紺野麻コーチとオリンピックも含む豪華な顔ぶれで、第一部・第二部に分かれて教室を行いました。

第一部では5・4年生116名を対象に、「コーチの話中はドリブルをしない」をルールに、ハンドリング⇒ピボット⇒対面ピボット⇒ピボットでのターン⇒5か所からのシューティング、ミート&ピボットでのワンアームの距離からの1on1など基礎を中心にクリニックを行いました。

第二部では6年生74名を対象に、「1on1で狙おう！」「ボールを持ったら得点を狙おう！」をテーマに全員が得点を狙う意識や技術を学びました。

ミート、トリプルレット、突き出しの足の位置やドリブルの強さ、ドリブルからのストップ&ショットなど基礎的なことでも、それをしっかり意識することの大切さを教わりました。

ツーガードポジションからの2on2ではミートからのアタック、相手との間合いやパスの角度など細かな指導をいただきました。

トップ、ウイングポジションからの3on3ではこれまでの練習の要素、すべてが含まれてきます。ボールの持ち方、受け方、攻撃の意識、ミートした際の判断、そして10人の選手全員が1on1を意識してプレイすることを教わりました。

第一部・第二部ともに技術だけではなく練習中の意識の持ち方、練習でのルールなど大事な多くのことを学ぶことができました。

ミニバス教室の後は、11月12月に行われる区部ミニバスケットボール大会の区代表チームの練習会（第二回）を行いました。区内各チームから推薦をいただいた男女各14名で他区選抜チームに臨みます。











板橋区バスケットボール連盟