

# U12ブロック大会 マンツーマン講習会説明資料

## マンツーマン推進 変更について

2023/1

### JBA強化育成Gr.育成セクション マンツーマン推進プロジェクト



Ver.1

2023/1-3 内容



1. 施策立ち上げの経緯とマンツーマン施策の捉え方
2. 2016～2022まで7年間の運用経緯
3. 内容の補足
4. 判定基準
5. 周知について

## 1. 施策立ち上げの経緯とマンツーマン施策の捉え方



### 1-1 2015年 JAPAN2024タスクフォース

1. ガバナンス強化
2. トップリーグ統一
3. 男子強化育成

JAPAN 2024 TASKFORCE

第2回 ジャパン 2024 タスクフォース会議 議事録

日時： 2015年3月4日（水曜日）13:00-14:30

#### 若年層でのゾーンディフェンス禁止

- マンツーマンに対する経験が欠如しており、1対1が弱い
- FIBA ミニバスケットボールルールブックへの準拠 -ゾーンディフェンスは違反！
- 強化のツールとして15歳以下ではゾーンディフェンス禁止
- マンツーマンディフェンスのルールブックを解説DVD付で制作

#### ■ 若年層でのゾーンディフェンス禁止

また、技術に関して日本のバスケットボール界の最大の問題は、15歳までは、基礎的な技術を学ばなければいけない年代なのですが、この年代でゾーンディフェンスというシステムを順守しているのが、1対1の対応が出来なくなっていることです。世界の大半の国では、16歳以下はゾーンディフェンス禁止が適用されています。まず、小学校、ミニバスケットボールに関しては、FIBAのルールでもゾーンディフェンスは禁止ですので、今後進めていくと聞いています。しかし、中学では、ルール上禁止ではないので、力を入れて強化の一貫の一つとしてしっかりと徹底していく必要があると思っております。

## 1. 施策立ち上げの経緯とマンツーマン施策の捉え方



### 1-2 2015年12月第1回マンツーマンディレクター会議

**JBA** アンダーカテゴリー(15歳以下)におけるマンツーマンディフェンス推進の趣旨

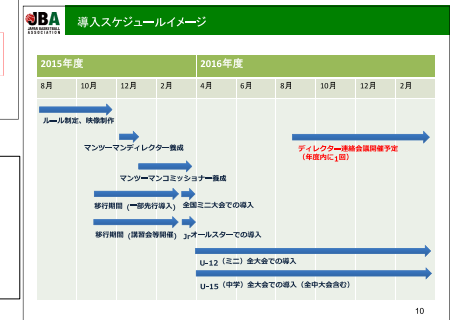
- 発育・発達段階に応じた適切な指導で選手をより高いレベルへ導く
- 子どもたちがよりバスケットボールを楽しみ、打ち込める環境を作る
- 日本全体の競技力を向上させる

▼

「プレイヤーズファースト」を尊重し、  
目先の勝利に捉われない長期的視点に立った指導の推進

**マンツーマンディレクター (MD)**  
都道府県で推進する役割

**マンツーマンコミッショナー (MC)**  
ゲーム中にマンツーマンが実施されているか、ゾーンが行われていないかどうかを判定する役割



### 1-3 育成施策の位置づけ (2017年5月説明資料)

#### 【課題】

- 日本の指導方針が見えない
- 育成が不十分
  - トーナメント文化で試合数少
  - 成長が大きくない
  - 能力別に発揮する場が不足
  - Bリーグユース (男子) の設置
  - 大会が育成方針に合っていない
- 発掘の道筋が分かりにくい
- 育成世代での勝利至上主義
  - 成長に適した指導ではない
  - 指導者教育が不十分



#### 【解決策】

- 指導内容の明確化と周知
  - ジャパンプズウェイの反映
  - 習熟度別指導方針作成
  - 周知方法論 (HP・講習会)
- 育成センターの創設
  - 個の育成、飛び級
  - 発掘システムとしての充実
  - JBA方針伝達、指導者教育
- リーグ戦文化の構築
- 大会の環境整備
  - 育成方針を反映した大会
- マンツーマン推進

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か?

#### 土台とは何か?

育成世代ではブロックを積み上げるように土台を築いていかなければいけない

#### 土台とは「1対1の力」

- オフェンス
- ディフェンス
- 状況判断
- 認知

個の能力

#### 育成世代でマンツーマンを学ばなければいつ学ぶのが

マンツーマンの責任、ポジショニング、ビジョンなどの技術や考え方を学びましょう

マンツーマンが学ばなければいつ学ぶのが

オフェンス個人技術 (パス、ドリブル、シュート、ボディコントロールなど)  
 ディフェンス個人技術 (オンボール、オフボールディフェンスの基本)  
 状況判断=個人戦術・グループ戦術 (2人、3人) → チーム戦術 (5人) の基礎  
 などが土台

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か?

なぜマンツーマンが必要か?

JBA JAPAN BASKETBALL ASSOCIATION  
技術委員会・マンツーマン推進プロジェクト  
2018

#### 日本人選手の目標

- 素晴らしい運動能力を備え、動ける選手を育てる
- ディフェンス意識が高く国際トップレベルの選手を止められる選手を育てる
- 低身長でも1対1が素晴らしい選手1対1で圧倒できる選手を育てる

#### 勝利の条件 強い1対1ゲーム

まず最初に

- 1対1ゲーム
- 競争する
- ゲームを楽しむ
- 創造力を持つ

#### 強い「個」を作る

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か?

#### 育成世代の指導者は選手の将来を握っている

- 育成世代の指導者は「選手の将来」を考えよう
- 年代別にやるべき課題に組みながら勝利を目指す

#### 選手の将来とは?

インサイドで背中向きにプレーしている選手がドリブルを自在に使えるようになるだろうか?

インサイドで背中向きのプレーを要求したり、強いたりしているのは大人(指導者)ではないか?

ポジションを決めるのは15歳になつてからいい!!  
**バスケットボールの基本を学ぶことが育成世代では重要**

基本とは、ドリブル・パス・シュート、そしてマンツーマンディフェンスである

#### 選手の将来のために指導者が意識すること

- どの子どもたちにもドリブル・パス・シュートを教えてオールラウンダーを育てよう
- 突破できる強い「個」を相手にストップできる「個」を育てなくてはならない

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か？

**マンツーマンをやるからこそ生まれる技術・戦術がある**

- 抜きにかかるトリプルアタック
- ドライブ&キック・スベッシング
- 1対1で打開できない時の2対2 etc.

ゾーンディフェンスに起こりにくい技術・戦術

育成年代で基本プレーを学ぶことが重要

**育成世代の目標は選手が成長すること**

ゾーンは勝つための効果的な戦術  
しかし育成の世代では勝つことよりももっと大切なものを学ばなければいけない

**1対1のオフェンス・ディフェンス  
スベッシング・合わせの動きなど  
バスケットボールの基本を学ぶことが必要**

高い技術を身につけるために  
バスケットを楽しむために

**だからマンツーマンを学ぼう**

ゾーンの練習時間を基本技術(ドライブ・パス・ショット)  
1対1・2対2の練習に取り組みよう

**オフボール(ボールを持たない選手)プレー能力開発が不足**

- グループ戦術の位置づけ
- ゾーンが多く行われていたことも要因と考えられている
- 今は時間を割いていける。

オリンピックテクニカルレポートでは男女ともにフィニッシュスキル(シュート)が課題との指摘要因は、ゾーンディフェンスではペイント内に入っていくことが難しく、**育成年代での経験欠如。マンツーマンにより、経験値を高める**ことになると考えている。

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か？

育成世代では、**勝利よりも選手の成長**を大切にする事が重要。

**勝利を目指すことは否定されることではない。**

ただし、**勝利の目指し方が問題**であり、大人の問題。

大人(指導者保護者)は、**子どもたちが各世代でどのような内容を学ぶべきかを知る必要がある。**

FIBAタスクフォースから始まっているマンツーマン推進施策であるが、

**適切な育成の考え方を強く浸透させる機会**であり、

バスケットボール界の**意識改革として重要な施策**と考えている。

### 1-4 なぜマンツーマンが必要か？

・ゾーンをしない理由

- ① ゾーンDFはペイントに入るの難しい→**ペイントアタックの習慣が作れない**
- ② ペイントアタックから、外の選手や中に合わせる選手などのプレーをしたところをゾーンをすると阻害してしまう(ヨーロッパのバスケットスタイルが作れない)

@Basketball News Sunday 2022  
最新ヨーロッパオフェンス  
講師: Rado Trifunović コーチ  
NBAスターのルカ・ドンチッチを育てたスロベニア代表ヘッドコーチが登壇!

ヨーロッパの最新オフェンスに加えて  
Rado コーチ自らお話しいただく  
スロベニアのユース育成とは?

→シュートの確立が安定していない under11 から 15 の年代ではゾーンをするとペイントアタックが得意な分、外のシュートを打つしかありません。それにより、勝つ確率が高いです。どの年代のコーチも勝ちたいと思っています。でも、**成長段階の子どもにしっかりとバスケットを教える必要があるのではないのでしょうか？**

どんなにセット OF しても  
最後はドライブ&キック

→ペイントをアタックする力を身につける必要がある!

・ゾーンをしないことによる効果

- ① **ドライブ&キック**のシチュエーションを常に作ることができる。
- ② ペイントアタックをする **1on1** 力が身につく。
- ③ **マンツーマンDF**で激しい守りができる ⇔ **アグレッシブなOF**を育てる

→お互いにアグレッシブにやる必要があります、スロベニアではセミナーを通して多くのコーチにこの考え方を伝えています。勝つことだけでなく、負けにも意味があり、その負けから学ぶことがコーチとして必要な姿勢になります。

### 2-1 7年間を経て次のフェーズへ

・**これまでの取り組みから、次の段階へ移すべき。**

- U12では1989年にゾーン禁止に取り組んだが5年間で元に戻した過去があるため、**慎重(厳格的)な取り組み**を行ってきた。
- **徐々に理解が進んできた**と判断して、**現状の課題改善に取り組む。**

### 2-2 この施策から見えてきたもの

・**背景に潜むものが可視化されてきた**

- **スポーツ障害、バーンアウト(燃え尽き)に繋がる指導の在り方**  
勝利に最短の道としての戦術指導。引き換えに技術習得の軽視。
- **指導者の原点**に潜む心理状況  
自己満足、支配欲、承認欲求・勝利至上主義につながる
- **子どもたちのスポーツからの離脱**  
勝利至上によりもうバスケはたくさんだ、という子どももいる

### 2-3 成果

- ・指導者の「なぜマンツーマンを行うべきか」の理解が進んだ
- ・選手の個人技術が高くなってきた
- ・グループ戦術を学ぶ時間が確保されている
- ・指導者への年代別指導指針等の資料整備が進んでいるなど

### 2-4 課題

- ・黄色旗が上げられることで子どもたちが萎縮、楽しくない(全てではない)
- ・U12では予測の許容がなく、トラップに条件がついているため、動きに制限があり、予測力を高める事に影響がある
- ・1～6年生まで混じってチームを編成せざるを得ないところもあり、一律運用が楽しさを生まない場合がある
- ・高校生はゾーンオフェンスに慣れていないなど

13

### 3-3 都道府県での運用

- ・これまで  
→ 技術不足のチーム、年代の多様化(選手不足)、MCの人材不足 など
- ・これから、マンツーマンディフェンスを適用する前提で  
→ 都道府県の裁量でレベルに応じた適用を考えることを認めたい。  
→ 但し、ブロック・全国大会に繋がる都道府県予選の上位では必ずマンツーマンコミッショナーを配置して行くことは継続する。

### 3-4 赤旗1回目の再開方法

- ・これまで  
→ 赤旗が挙げられた際、1回目は注意のみ。再開は悪質なディフェンスをしたチームのボールから再開。→ 不公平感が強かった。
- ・これから  
→ 再開は止まるまで攻撃をしていたチームのボールから再開。  
→ 不公平感の解消のため。この変更には98%(アンケート調査)が賛成。
- ・この部分のみ先行実施したい(その他は2023年度導入)  
→ U15選手権(実施委員会了解済み)、全国ミニ(今後提案)

15

### 3-1 黄色旗をあげる基準とは

- ・これまで：基準規則に違反した時は黄色旗を挙げる(基準規則第9条)  
①あるべきマンツーマン ②ゾーンではないがあるべきではない状態  
③ゾーンディフェンスの中で、③は赤色旗(ペナルティ)になる  
→ U12では、②③で黄色旗を挙げる。  
→ U15では、予測して動くことを許容したので、②の時は挙げない。  
→ U15はU12より旗が上がる回数は少ない。基準の違いがあった。
- ・これから  
→ U12もU15と同じ基準として、②の時は挙げず自由度を上げたい。

### 3-2 自由度を高めるとは

- ・危険を察知して、あるべきポジションを離れて危険なエリアを守りに行くことは、重要な良いプレーであり、「予測力」を高める事は重要。
- ・これまで  
→ U12では教育的観点よりマンツーマンを根付かせるため「予測の行動」を制限してきた
- ・これから  
→ あるべき本来のバスケットボールの姿に近づけるべきとの判断から自由度を高め(予測の許容)プレーヤーの判断に委ねるようにしたい。  
→ トラップに関する3条件については、上記同様の理由で撤廃したい。

14

#### ②変更点について

##### 1) 削除する内容

- ①首振りの記述
- ②マッチアップが明確でない場合
- ③トラップ三要件
- ④U12において適用しないもの トラップ、終了間際の処置
- ⑤U12において適用したもの

##### 2) 追加・変更する内容

- ①前書き
- ②マッチアップ、オンボールの判定基準
- ③オフボールディフェンスの判定基準
- ④瞬間だけでゾーンディフェンスと捉えないこと
- ⑤トラップディフェンスの定義、判定基準
- ⑥スイッチディフェンスの判定基準
- ⑦プレスディフェンスの判定基準
- ⑧予測に関する記載
- ⑨マンツーマンペナルティの罰則
- ⑩黄色旗対応
- ⑪赤色旗対応
- ⑫終了間際の処置
- ⑬判定基準の解説
- ⑭赤旗1回目の再開方法

16

