

- 坂本HCからはディフェンスの原則のインストールと習慣化を行うために、福岡合宿の復習からスタートし、今回はピック&ロールの守り方3種類とヘルプポジションの指導があった。
- 伊藤SCからはチームオフェンスの戦術と戦略の指導があった。3メンから2対1を行う中で、ロングパスとリバウンダーが自らプッシュしてアウトナンバーを決め切ることを意識した。速攻ができなかった後の、アーリーオフェンスやハーフコートのセットオフェンスとして、「ホーンズfor 3」や「5アウトからのクリスクロス」を新たにインストールした。

練習の様子



【2日目】 2月9日(日) 7:00~16:00

《スケジュール》

- 7:00~8:30 起床、ロビー集合→朝食、自室で身支度
- 8:30~9:00 練習準備 於 味の素ナショナルトレーニングセンター体育館
- 9:00~10:00 試合前ウォーミングアップ
筑波技術大学 中島幸則教授 理事が対応
- 10:00~12:30 練習試合 対 AFBB
- 12:30~13:30 昼食 於 味の素ナショナルトレーニングセンター食堂、休憩
- 13:30~14:15 課題解決練習(選手主導)「ハーフコートセットオフェンス」
- 14:15~14:30 薬師寺みちよ デフリンピック運営委員会副委員長ご挨拶
- 14:30~15:00 クールダウン、体育館内片付け、着替え、退館
- 15:00~16:00 連絡、ミーティング、現地解散

《試合におけるチームの約束事》

- 1 試合開始直後のオフェンスはセットプレーで戦略的にスコアすること。
- 2 HCの指示を選手間で共通理解し、試合の中で実践すること。

《試合内容》