

ワンポイントアドバイス 守備

「相手より強い気持ちを持とう！」

守備は、受け身になってはダメです！

相手のドリブルに合わせた守備ではなく、

相手をうまく**誘導する**のです。

Q どうやって誘導するの？

A. スペースがあれば自然とスペースの方へ進んでいくはずですが。

フォアブロックが得意なら、相手よりも左に立ち、自分の右側にスペースを作ればどうでしょうか？

たとえば…

1対1の場面、相手は足がとても速い選手です。ボールを前に出して走られたら絶対に勝てません。

こういう場面であれば、相手に走られなければいい。

縦のスペースをなくし、横にドリブルかパスをさせるよう、誘導する。

相手の走ろうとするコースを先取り。

ボールを奪うだけが守備ではありません。

相手の得意とするプレーをさせない。これも大きな力です。

自分の強みを知り、「これなら勝てる」もので勝負。

そのための**誘導**を覚えよう！