

平成30年度 第2回国体強化研修会 講義

2020年鹿児島国体のコートに立つために-3POメカニクスの理解と実践-

講師 倉口 勉 様

鹿児島国体のコートに立つために

- プレッシャーがかかった中での正しい判定力
- 3POメカニクスの理解
- チームから信頼されるプレゼンテーション

BASKETBALL OFFICIATING

- ACTIVE MIND SET
- BASKETBALL KNOWLEDGE
- MENTAL IMAGE TRAINING

ELITE BASKETBALL REFEREE

- GAME CONTROL
- GAME MANAGEMENT

INDIVIDUAL OFFICIATING TECHNIQUES

- Distance&Stationery
- Referee the defense
- Look for illegal actions
- Field of vision
- Stay with the play

プライマリとメカニクス

- ボール・サイド=ストロング・サイド 常にボールをトレイルとリードで挟み込んでいる
- オポジット・サイド テーブル・サイドの逆のサイド



プライマリの理解

- プライマリには『エリア』と『アングル』がある
- 自然に見るべきものをみる
- プライマリエリアでアングルを持っているオフィシャルが1番手

ローテーション

- クローズダウン
- ローテーション
- フィニッシュ（チェック・イン）
- 3つのステージとその役割



ファウル後のスイッチ

- 笛を吹いた後—基本はオポジット
- 間違えてしまったとしてもパートナーに合わせてスイッチ
- スwitchしている間もレフェリング
（デッドボール・オフィシエーティング）

リード・ベーシック

- セットアップポジションとミラーザボール
- 45° とアウトサイドイン
- クローズダウン
- 「スキャンザペイント」 or 「ネクストマッチアップ」の2パターン
- コーナーでのプレイも見る意識

ローテーション・タイミング

- クローズダウン
- ローテーション
- フィニッシュ（チェック・イン）

センター・ベーシック

- FT ラインの延長線上、サイドラインに平行
- コート内に出来る限りポジション
- ハイセンターとローセンターでのポジションアジャスト
- センターはオフボールだけではない
（センターは3POの生命線）

トレイル・ベーシック

- 基本は「2by2（2歩外側、2歩後ろ）」
- アウトサイドイン（アングル）
- ローテーションに合わせた「チェックイン」と「ピックザペイント」

オールコート・プレス対応

- バックコートをトレイル、センターでカバー
- トレイルとセンターの協力
- 8秒バイオレーションなどへの意識

ローテーションをしない場面

- ・クイックショットとクイックドライブ
- ・ノッキングを避ける
- ・ボールサイドにポストがいなくても「ボールサイド=ストロングサイド」を形成

ローテーションをしないタイミング

- ・ショットクロックが5秒以下ではローテーションしない
- ・スプリットライン（ミッドライン）を越えたらローテーションを完成させる
- ・バックペダルできるタイミング（ミッドライン）
- ・ダブルリードやダブルトレイルの予防

センターライン付近のカバレッジ

- ・センターのポジション・アジャスト
- ・すぐにベーシックにリカバーできるスポット
- ・トラップ時など、リードがローテーションをプッシュ
（ローテーションは常にリードがイニシアチブ）

クロス・コールとアングルの理解

- ・リードからの「クロス・コール」を避ける
- ・センターを信頼する
- ・プライマリとアングルを理解する
- ・明らかなケースなどでリードは2番手

クロック・コントロール

- ・ゲーム・クロックの把握
- ・ショット・クロックの把握
- ・基本はオポジット（会場設定によって調整可）
- ・プライマリ・ビジーな状態の対応（プライマリのオポジット）

EOQ・EOG

- ・EOQ (End of quarter) QUARTERの終わり
- ・EOG (End of Game) GAMEの終わり
- ・残り5秒を切った時のリード・ローテーション

リバウンド・カバレッジ

- ・スプリットライン（ミッドライン）で2つに分ける
- ・自分のサイドにいる「ペア」を探す
- ・誰もいなければ別のペアを探す
- ・コールしたとき、その場で次の進行方向をディレクション

ピック・アンド・ロール

- ・スクリーンの直後（裏表の視野の理解）
- ・センターとリードの協力
- ・センターとトレイルの協力
- ・リードとトレイルの協力

アウト・オブ・バウンズ・コンビネーション

- ・基本 リード（エンド・ライン）
トレイル・センター（サイド・ライン）
- ・ヘルプが必要な場面（明らかなラストタッチが確認できたとき）

ーOOBヘルプの約束事1ー

- ・プライマリ「リード・オフィシャル」のエンド・ラインにボールがOOBとなる。リードは笛を吹いて時計を止める。
- ・ラストタッチが確認できなかった場合は「T」「C」にヘルプを求める
- ・その時点で「T」または「C」が確信ある判定をもっていれば、強く笛を吹きディレクションをさす。

ーOOBヘルプの約束事2ー

- ・プライマリ「リード・オフィシャル」がOOBをコール、ディレクションをさす。
- ・「T」または「C」は、明らかに「L」の判断に異なりを確信した場合、笛を吹いた後、歩み寄り、コミュニケーションをおこす。
- ・この場合、ヘルプを受けたオフィシャルは笛を吹いて、オートマチックに訂正し、新たなディレクションをさす。

プレゼンテーション1

- ・プレゼンは日々の練習とイメージの積み重ね
- ・シャープに凛々しく
- ・アスレチックな姿
- ・声を使うことの重要性（ゲームをリードする）

プレゼンテーション2

- ・走る姿、歩く姿、立つ姿
- ・コミュニケーションプレーヤーやコーチはパートナー
- ・どの場面でどうコミュニケーションするかの準備