

2023年4月

より施行

先行実施は都道府県の  
裁量による。

保護者や指導者に知って欲しい

# マンツーマンが 変わります!!



## マンツーマン推進とは

2016年からJBAで実施している事業で、日本国内での15歳以下のゲームではゾーンディフェンスを禁止し、マンツーマンディフェンスを行うことにより、選手個人のオフェンス/ディフェンス技術向上を図る施策です。

## なぜマンツーマンを行うべきなのか？

### ●選手の成長を大切にする

ゾーンディフェンスを用いることで効果はありますが、土台となる技術を習得する時間を失いがちです。育成年代では個人能力の土台を作ることを優先しつつ、勝利を目指しましょう。

### ●ゾーンディフェンスであれば「育ちににくい技術」

オフェンスは得点する力、ボールを持たない選手のプレー能力を高めることです。ディフェンスは1対1で守る力、ボールを持たない選手へのディフェンスの立ち位置(ポジショニング)と視野(ビジョン)をとり続ける力を高めることです。

### ●勝利の目指し方

勝利を目指すことは、目標となり大切なことです。育成年代の正しい成長が妨げられないよう取り組んでいきましょう。

### ●勝利を目指すことも大切

バスケットボールの土台となる能力を育むため、個人能力の土台を作っていきながら、勝利を目指すよう心がけてください。

## マンツーマンの変更点

### ●マンツーマンの推進から次のフェーズへ移行する

これからは、マンツーマンを行なっているのであれば瞬間の事象には黄色旗を上げないように変更し、ゾーンディフェンスだと判断されるものに警告(黄色旗)、ペナルティ(赤色旗)を使用します。

point

01

U12もこれまでのU15と同じ基準とします。

point

02

トラップの三要件は撤廃し、U12・U15もボールマンにトラップすることができます。

point

03

黄色旗は、ゾーンディフェンスだと判断される際に警告的な意味合いで使用します。

