

マンツーマン防御のゲーム

ルーズボールからの1対1(2対2)

①プレイヤーは手をつないで準備をする

②プレイヤーは笛の合図で手をつなぎながらコート内に入る

③補助者はプレイヤーたちがコートの半分を越えたところにボールを投げ入れ笛を鳴らす

④プレイヤーは笛の音が聞こえたらつないでいた手を離してボールを奪い合う

⑤ボールを獲得したプレイヤーはシュートを行うためにシュートゾーンまで突破をしてシュートする

⑥ボールを獲得できなかったプレイヤーはシュートされないように防御を行う

