

# ひっさつの飛び道具！ロングシュート作戦

## ○必要な役割

A (3人) パス役・ディフェンス引き付け役 (回りをよく見られる・いっぱい動ける人)

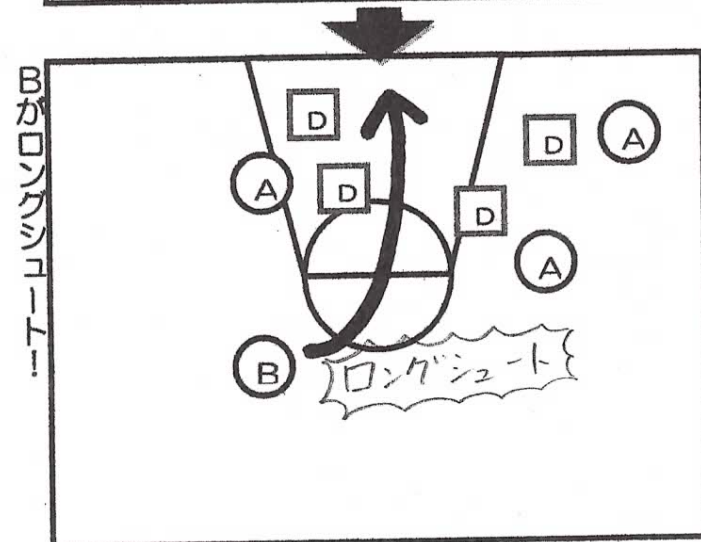
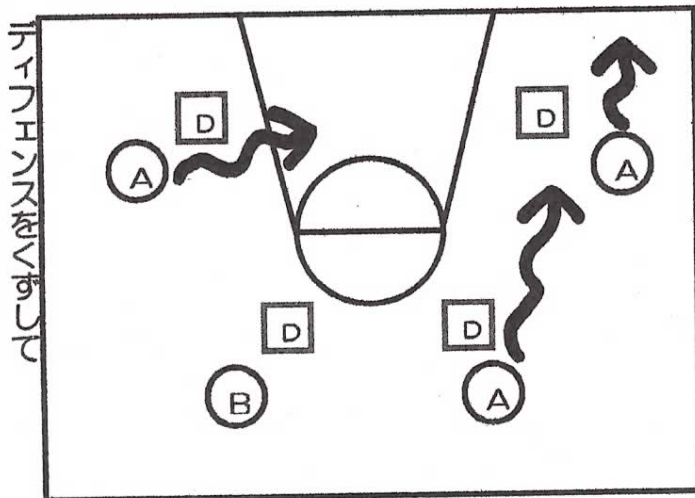
B ロングシュート役 (ロングシュートができる)

## ○作戦の手順

- ①みんなで相手ゴールの回りを囲む。
- ②A全員がゴールに向かって走り、Bのディフェンスを引きつける。
- ③Bはフリーになったらボールをもらいロングシュート！
- ④Bがシュートをしたら、全員すぐにリバウンドの準備。

## ○ここがポイント

Bをフリーにすることが大事！B役をいろいろ代えてやってみよう。  
ロングシュートは外れることも…。リバウンドを取った人はすぐパスかシュートをすると得点のチャンス！



## ○必要な練習

- ・ロングシュート
- ・2メン
- ・3メン
- ・カッティング
- ・2オン2
- ・3オン3
- ・リバウンド

※とにかくロングシュートの成功率が大事。  
あとリバウンドをしっかり取る練習をしよう。