

PICK 'N ROLL OFFENSE - Luc Smout

Ik ben als jeugdcoördinator verantwoordelijk voor de opleiding van onze jongeren en uiteraard is pick 'n roll daar een onderdeel van. Ik ben er altijd van uitgegaan dat het een tweemansspel was zonder daar vragen bij te stellen.

Een artikel van één van de assistent coaches van de Nets gaf mij een andere kijk en het veelvuldig bekijken van pick 'n roll situatie's bevestigde dat. (Ryan Kruger)

Waarom spelen we in essentie een pick 'n roll ?

Als we morgen overtuigend sterker zijn, spelen we dan pick 'n roll ? Nee, we kloppen ze 1/1.

Dus we spelen eigenlijk om een switch te verkrijgen zodanig dat onze betere aanvaller een minder goede verdediger tegenkrijgt, of een verdediger die niet de atletische vaardigheden heeft om onze driver te stoppen.

In aanvallend opzicht is er een verschil tussen zone en man :

zone : ik als aanvallende coach bepaal wie tegen wie speelt

man : ik bepaal waar wij aanvallen

In de engelse taal is er een phrase die benadrukt wat het eigenlijke doel is : in order to. Met andere woorden, een pas van de driver naar de screener komt er alleen maar als de driver gevaarlijk is en gestopt word.

De rol van de driver is : ATTACK THE LINE TO THE BASKET

- zijn man opzetten
- snelheid maken
- schouders naar de basket na het gebruiken van de screen (turn the corner)

een schitterend voorbeeld is Tony Parker, dichterbij huis Roel Moors.

De screener zijn taak :

- sprint to screen
- hide the spot of screening
- look over the inside shoulder
- create space between you and the defender or keep him behind you / crash the boards

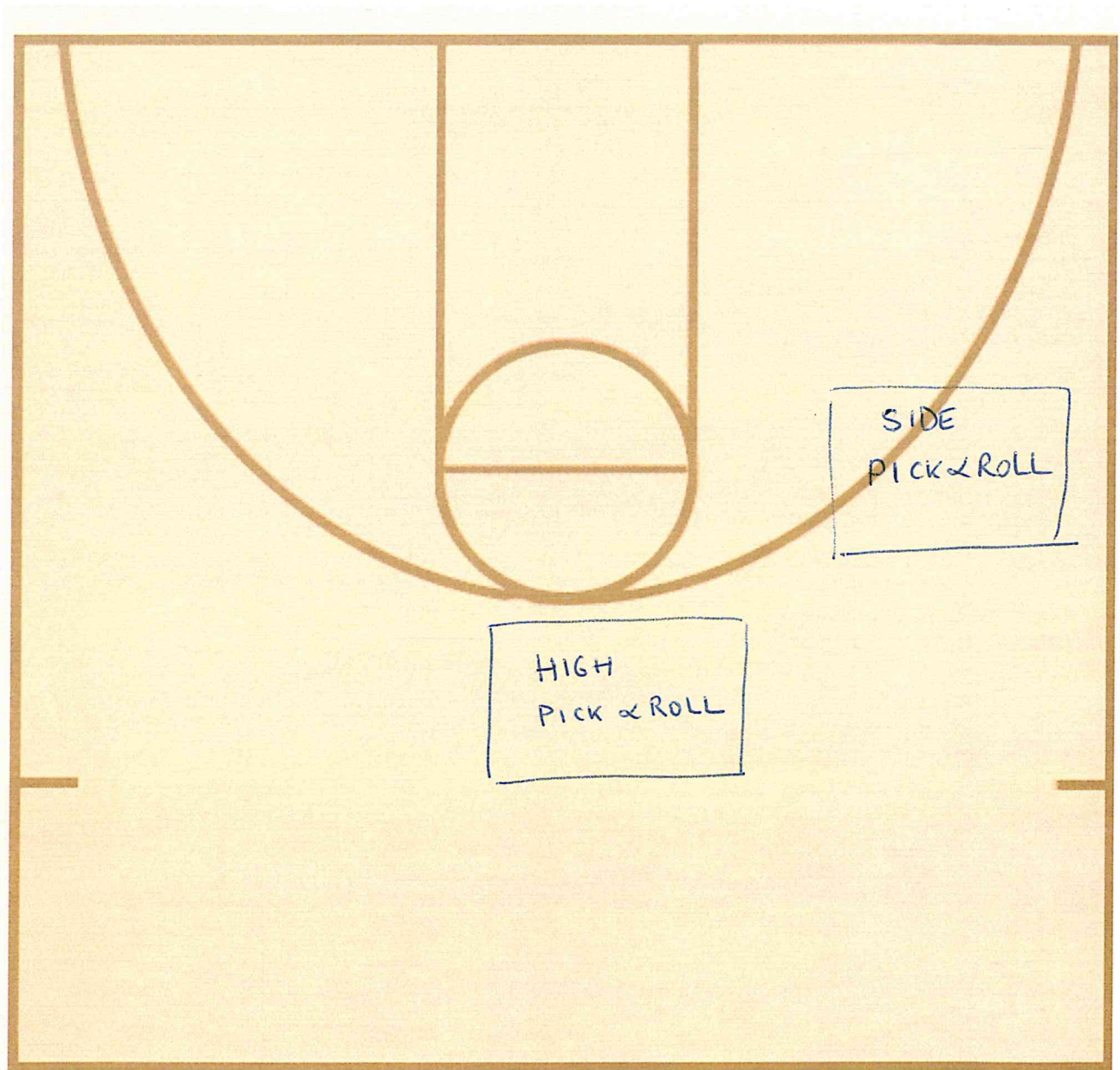
In aanvallend opzicht is er een verschil tussen zone en man :

zone : ik als aanvallende coach bepaal wie tegen wie speelt

man : ik bepaal waar wij aanvallen → ik bring de

Ik ga uit van twee plaatsen in onze opleiding om pick 'n roll te spelen :

- the high pick 'n roll (middle) - the side pick 'n roll

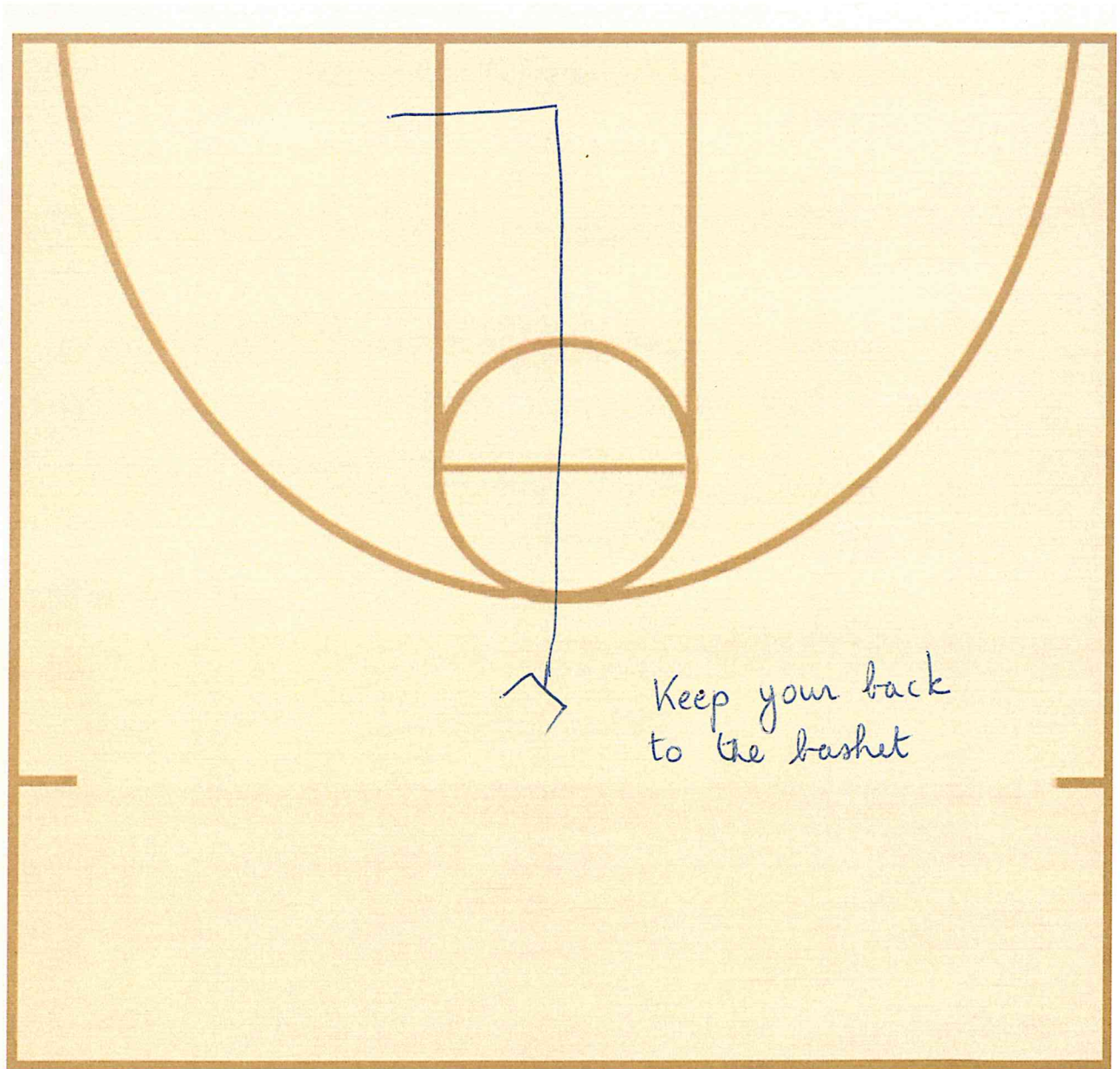


In onze opleiding werken wij zeer veel op 1/1, en daardoor dus ook op ballhandling.

Wij hebben verschillende variatie's, nu werken we vooral met tennisballen.

In onze warming up laten we de spelers ook werken op het zetten van het screen.

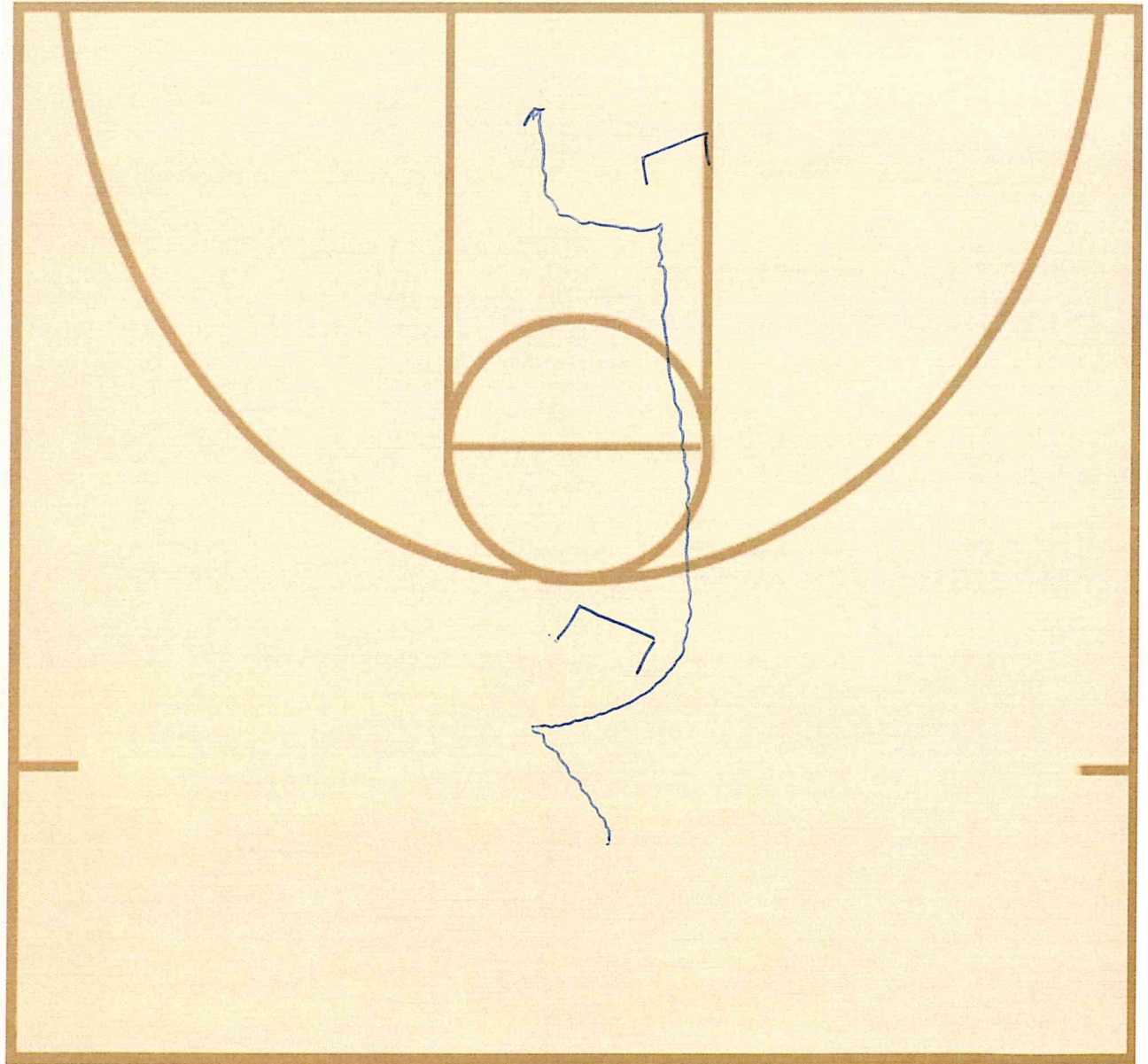
Dit jaar laten we vooral instappen ipv het rollen : met de aanpassing van de arbitrage is het moeilijk uitleggen wat wel en niet in de rug houden (tijdelijk) mag.



sprint to screen - look over the shoulder - screen - step in - attack the boards (jump !) -
defensive transition - into offensive transition - drag screen (c-cut)

zoning on the screen hoog :

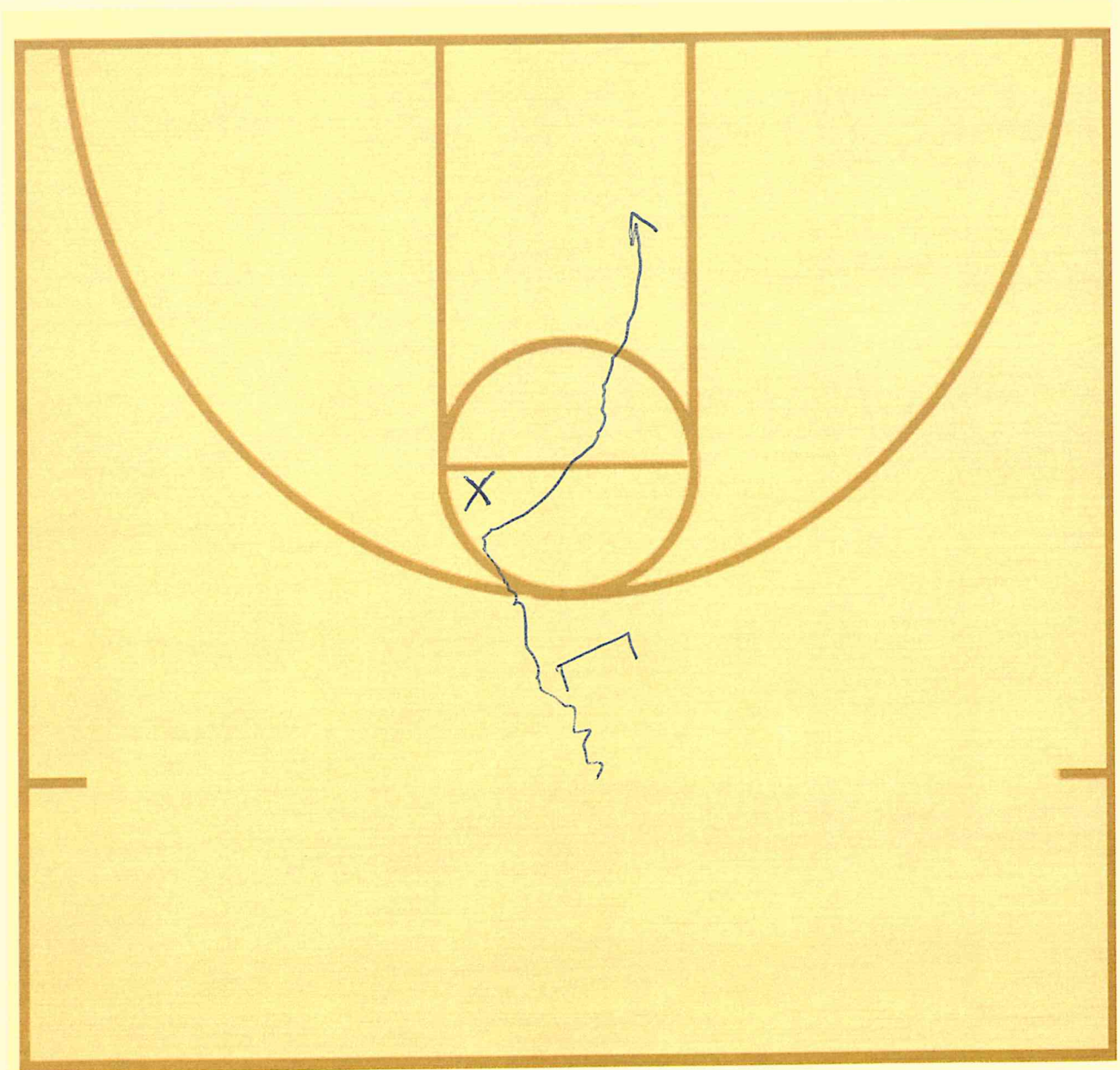
- val de buitenste schouder aan
- de verdediger slide mee : reverse



Let op : vergeet de in en out dribbel niet om de screen NIET te gebruiken !!!

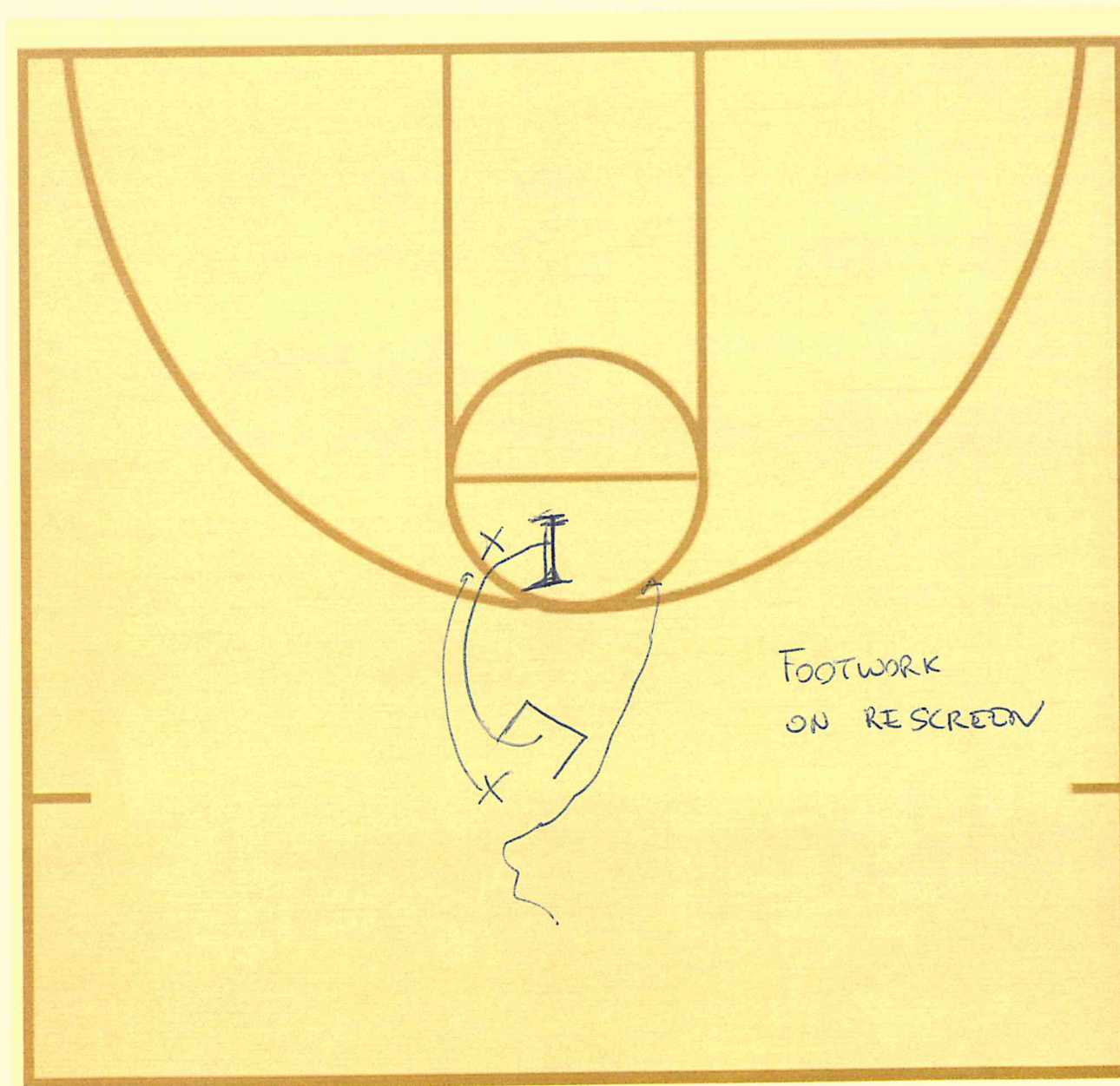
zoning on the screen laag :

- elke keer als er daglicht is = verander van richting
- als de verdediger te sterk inzakt : pull up jumper



Elke keer als de verdediger onder de screen doorgaat : rescreen.

Als de verdediging agressief hedged : lees eerst de spin op de moment dat de verdediger over de screen gaat. Denk eraan, blijf als dat niet lukt de buitenste schouder aanvallen en elke keer als er daglicht is : split



De pick 'n roll aan de zijkant spelen wij ongeveer 1 tot 2 m van de zijlijn om de aanvaller aanvalsmogelijkheden te geven aan beide kanten.

Hier gelden weer dezelfde principes als bij de high pick 'n roll.

Sommige coaches laten de baseline zijde aanvallen omdat daar meer ruimte is, het nadeel in mijn ogen is als men trapt dat men weinig mogelijkheden heeft (three in one)

Het is moeilijk op 1 uur een volledige jaaropbouw te geven, maar wij trachten snel te evalueren naar 4/4, in de vorm van shell drills.

Soms in het concept van de eerste ploeg, soms in voorbereiding van een tegenstander, gewoonlijk als onderdeel van de opleiding naar de eerste ploeg toe.

