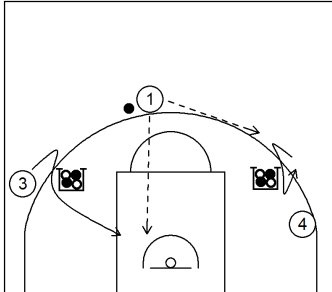




Back screen

- forwards, guards
- vanaf U16
- 5 of meer spelers
- een bal
- een basket



Doel: leren een back screen te gebruiken op vrij te komen

Organisatie:

- zet een stoel, ballenmand of vuilnisbak als een back screen naast de bucket
- forward 3 snijdt eerst naar de bal
- verandert dan abrupt van richting en snijdt strak op de stoel heen naar de basket
- krijgt de pass van 1 en scoort met een lay up zonder dribbel
- forward 4 begint hetzelfde, maar stapt naast de stoel hard naar de driepuntslijn (= flare)

Begrippen: er is een **screener** en er is een **cutter**

Regels voor de cutter:

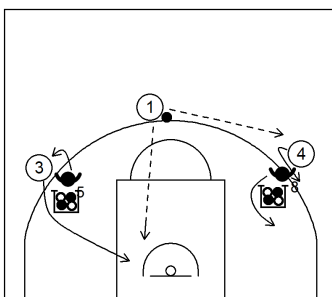
- verandering van richting = **altijd ook** versnellen
- stuur jouw verdediger met een voorbeweging het screen in
- als je niet vrij komt bij het eerste screen, gebruik dan het tweede screen
- als de verdediger volgt, snijd dan naar de basket
- als de verdediger onderlangs verdedigt, kies positie bij de driepuntslijn voor het schot, zodanig dat het screen tussen jou en jouw verdediger staat
- als de verdedigers switchen, maak dan je snijbeweging af naar de driepuntslijn (niet naar de basket, want daar rolt de screener naartoe)

Regels voor de screener:

- als de cutter niet vrijkomt, zet dan meteen een tweede screen
- zodra de cutter schouder aan schouder passeert, beweeg dan contra. Dus als de cutter naar de driepuntslijn stapt, rol je zelf naar de basket en andersom.
- als de switch al vroeg geroepen wordt, slip dan het screen en snijd direct naar de basket
- als de switch laat komt, rol dan naar de basket zodra de cutter schouder aan schouder passeert

Met verdediger met opdracht:

- verdediger 5 krijgt de opdracht om te volgen
- verdediger 8 moet onder het screen langs



Met verdediger zonder opdracht:

- verdediger kiest zelf of hij volgt, dan wel onderlangs het screen verdedigt

Teaching Points:

- aanvaller moet zijn verdediger met een voorbeweging het screen in sturen
- en kijken welke ruimte de verdediger laat
- afhankelijk daarvan kiest hij voor een flare of snijdt hij naar de basket

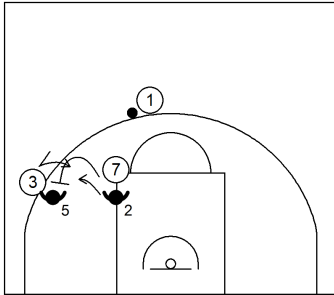


Vervang de stoel door een mede-aanvaller

Teaching points screener:

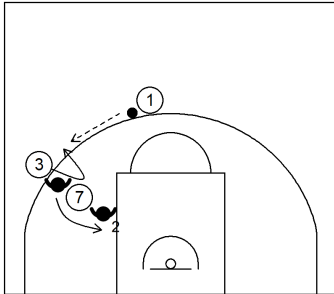
- lees de schijnbeweging van je medespeler en beweeg naar de plek waar hij na zijn richtingsverandering het screen wil krijgen
- je rug naar de plek waar aanvaller 3 aanspeelbaar wordt
- voeten op schouderbreedte
- zorg dat je stil staat op het moment dat jouw medespeler langs je naar de basket snijdt (vermijd fouten voor lopend screen)

De trainer geeft de verdedigers steeds een andere opdracht:



Verdediger gaat onderlangs:

- aanvaller 3 ziet dat verdediger 5 onderlangs verdedigt en stapt terug over de driepuntlijn voor het schot
- screener rolt af naar de basket voor de rebound

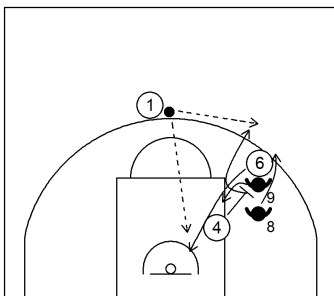


Verdediger volgt:

- verdediger 9 volgt aanvaller 6 als die om het screen naar de basket snijdt
- screener 4 stapt daarna direct naar buiten de driepuntlijn voor het schot

Teaching point:

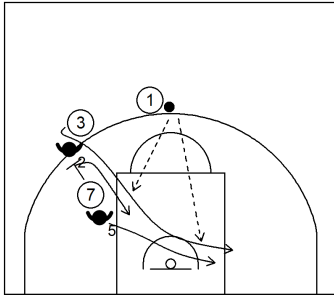
- Als de aanvaller NIET vrij komt bij het eerste back screen
- zet dan direct een tweede backscreen op de verdediger bij de driepuntlijn
- OF een down screen als de cutter zijn snijbeweging afmaakt





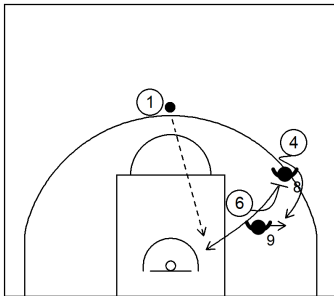
Verdedigers switchen:

- insnijdende man 3 snijdt hard naar de basket en naar de weak side en neemt verdediger 5 mee
- screener 7 vangt eerst de buitenste verdediger op, draait open met zijn gezicht naar de bal en snijdt hard naar de basket
- verdediger 5 moet nu kiezen tussen aanvallers 3 en 7



Verdedigers hedgen:

- zodra screener 6 ziet dat verdediger 9 gaat hedgen, dan snijdt hij zelf direct naar de basket
- met zijn gezicht naar de bal en vraagt met de hand die het dichtst bij de basket is
- 4 stapt over de driepuntslijn voor het schot



Spelvorm:

- spelers spelen 2 tegen 2 maar mogen pas scoren na een geslaagd back screen
- verdedigen naar eigen inzicht
- aanval en verdediging wisselen na 2 stops achter elkaar
- een doelpoging zonder een geslaagd screen telt als een stop