

1ピリオドで確実に 15点以上取るための オフেনズドリル

商品番号1015-S

～人とボールが止まらないためのチームづくり～

2017年、全中で準優勝した鳥屋野中学校。

チームの理念は「各ピリオド15-10のゲームをつくり60-40で勝利する」というもの。そのために、なるべくターンオーバーをせずに、1回の攻撃で1回以上のシュートが打てるようにする、ということを目指しています。その攻撃こそが、堀流「人とボールが止まらないバスケットボール」です。今回は鳥屋野中学校で行われている、「新チームが始まって2～3か月で習得すべきオフেনズドリル」を収録しています。ボールを奪われないための基礎力を向上し、パスがつながるための運動を習慣化することで、人とボールが動き続けるチームを具体化していきます。

指導・解説

堀 里也

新潟市立鳥屋野中学校
男子バスケットボール部監督



実技協力

新潟市立鳥屋野中学校
男子バスケットボール部

どうすればボールが奪われないか、
どう動けばパスが通るのか、

新チームに必ず落とし込んでおきたい
オフেনズファンダメンタル!!

チームで理解できる!

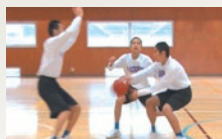
より詳細な内容やサンプル映像は
弊社DVD通販サイトで!

ジャパンライム DVD



第1巻 ファンダメンタル・ボールミートドリル (58分)

まずは中学で変わるボールやゴールに慣れるドリルから、相手とのコンタクト→リトリートからのアタックなど、実戦を見据えた基本練習をあわせて9種類紹介します。そして、「人とボールが止まらない」ためのパス・カッティング・リブレイスを徹底するためのドリルへと移っていきます。



第2巻 オールコートドリル (71分)

1ピリオド15点以上取るためには、ハーフコートの中だけではなく、オールコートで「ずれ」をつくる必要があります。こちらで解説しているパッシングダウンやダブルダウンを通してオフザボールの質を上げることで、相手とのずれをつくり、積極的なシュートへと結び付けていきます。



商品番号 1015-S

全2巻 16,000円+税
(各巻8,000円+税)

送料一律

500円+税

代引

カード払い

ご相談ください

公費対応

ご希望の商品番号を指定し、DVD通販サイト、電話、FAX、もしくはハガキにてお申し込みください。受注確認後、3～6営業日以内でお届けします。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

TEL.03 (5840) 9980

〒113-0033 東京都文京区本郷 5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03 (3818) 6656

2018.02



ジャパンライムDVD通販サイト <http://www.japanlaim.co.jp>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!