



DVD No. 586-S

全1枚 8,400円
(税込・送料別)
55分

限りなき 勝利への挑戦と前進

～延岡学園 日常練習の流れと活動基本方針～

指導・解説: 北郷 純一郎 (延岡学園高等学校バスケットボール部監督)
実技協力: 延岡学園高等学校バスケットボール部

生徒を選手として、人間として成長させる!

このDVDでは、2008年度インターハイで2度目の全国優勝を果たした延岡学園バスケットボール部が日常的に行っている練習の流れと活動基本方針を紹介します。

延岡学園は多くの部員を抱えながらコート一面で活動しているため(普段は男女共同練習)、一人一人のプレー時間や回数が限られます。短時間でDef・Offを相対的にスキルアップさせるため、DefドリルではOff、OffドリルではDefの選手に全力でプレーするように指導しています。集中して取り組む選手の表情と激しいプレーからバスケットボールに対する意識の高さを感じ取ることができます!

各ドリルは、「狙い」と「ポイント」を詳しく解説。実際の練習映像を素に制作しているため、取り組み方もわかりやすく皆様のチームでもすぐに反映させることができるでしょう! また、活動基本方針では、北郷監督が長年の指導経験で得た、生徒を選手として、人間として成長させるための理念を紹介します。選手はこの基本方針をまず理解した上で練習に臨んでおり、北郷バスケットボールの礎となっています。「心・技・体」を育てる指導法は必見です! 是非チームづくりの参考にしてください!

北郷バスケットボールの 指導理念を完全公開!

»ディフェンスドリル①

- ボックスアウト&ブレイク
- バイオレンススライド&クロス1対1
- クロスアウト
 - ・ハーフコート
 - ・オールコート
- 45度ディナイ
- ファイトオーバー
 - ・縦
 - ・横
- 7ポイント

»ディフェンスドリル②

- ポジショニング
 - ・2対2
 - ・3対3
 - ・4対4
- ショウ&ゴバック
 - ・2対2
 - ・4対4
- サドンストップからのシュートブロック
- シェル4対4

»オフェンスドリル

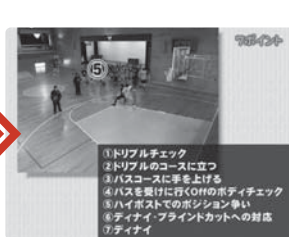
- 3メン・5メン
- オールコート片面ドリブル・パッシングダウン
 - ・ドリブル1対1
 - ・ドリブル2対2
 - ・パッシングダウン2対2
- アンダーゴールからのスターター
 - ・1対1
 - ・2対2
 - ・3対3
- ローポスト1対1
- ハーフコートのスキルドリル
 - ・1対1
 - ・2対2
 - ・3対3
- ゾーンオフェンス
- トランジションゲーム
 - ・4対4
 - ・5対5

Def&Offを 相対的に伸ばす ドリルを紹介!

»活動基本方針～北郷監督指導理念～

- ・目的
- ・目標
- ・目標達成のための「心」の指針

ドリルの「狙い」と「ポイント」を詳しく解説!



ジャパンライムのホームページ

<http://www.japanlaim.co.jp>

メール会員登録募集中!

お申し込み方法

- 送料は何巻でも525円となっております。ご希望のDVD No.を指定し、電話かハガキ、もしくは、FAXにてお申し込みください。
- 表示価格は消費税込みの価格です。
- ホームページからのお申し込みもできます。

〔記入例〕

DVD No.
お名前
ご住所/TEL
お勤め先/TEL

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りしております。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合、必要書類は、担当者までお申し付けください。
- カード(JCB、VISA、AmericanExpress、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、イオンクレジット、ダイナース、クレディセゾン、東急TOP&カード)もお取り扱いできます。(分割可)

●お申し込みお問い合わせはお気軽に!

JLG ジャパンライム株式会社

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