

© 月刊バスケットボール

商品番号 1138-S

# U-18

# 誰にでもできることを しっかりプレーしよう

指導・解説：佐藤 久夫 (仙台大学附属明成高等学校 男子バスケットボール部 監督)

実技協力：仙台大学附属明成高等学校 男子バスケットボール部 ※所属は撮影当時のものです



## 佐藤先生のメッセージ

不思議なことに、

基本を追いかけていると

自分らしい個性のある

1 on 1が出てくる。

やっぱり基本は大事だよ。

基本があつて

自分のバスケットボールが

できてくる。

バスケットには基本があるんだよ。

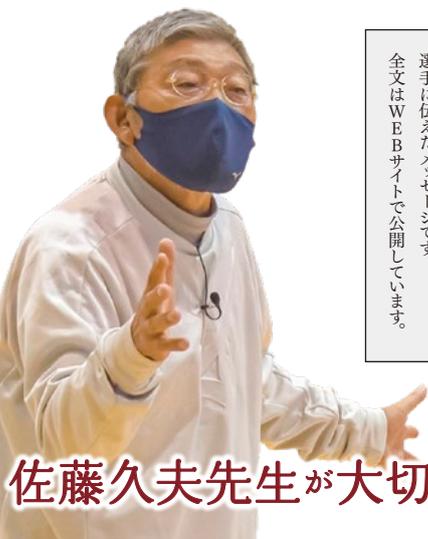
その基本をやったうえで

自分のバスケットを作っていく。

それが大事。

そういう練習が一番いい。

これは撮影の合間に佐藤先生が  
選手に伝えたメッセージです。  
全文はWEBサイトで公開しています。



佐藤久夫先生が大切にしたい「技術」「駆け引き」「展開パターン」の基本

商品番号 1138-S

DVD3枚組 ¥26,400(税込)

送料一律

800円(税込)

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4-2-8

FAX.03(3818)6656



ジャパンライムDVD通販サイト

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

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!

2023.10

# 今、育成年代に求められる基本とは!?

本作で紹介するバスケットボールは、ミート、ピボット、基本的なパスワーク、基本的なスペーシングといった、**誰もができるプレーを軸に** 繰り返されます。

また、それらの基本を「**実際のゲームでどう活かすか**」「**ディフェンスとの駆け引きでどう活かすか**」が明確にされます。

練習が進み、ゲームに近づくほど基本は疎かになってしまいます。佐藤先生がプレーをストップし、**粘り強く指導を繰り返すシーン** に是非ご注目ください。

そこが **選手にとってつまずきやすいポイント** であり、**コーチにとっては指導ポイント** です。

U-18の「基本で組み立てる破壊力のあるバスケットボール」。本作でこれを学んでいただくと幸いです。



## 佐藤先生こだわりの基本を余すところなく収録



Disc

1



### 1138-1 Disc 1 74 min

- 急発進と急ブレーキ
- 小回りの利く動き
- ドリブルのステップワーク&ボディワーク
- トリプルスレッドの構えから1on1
- プレッシャーをリリースするピボット
- プレッシャーディフェンスをされてもミスしないパスワーク
- トラップに対するパスワーク

### 1138-2 Disc 2 82 min

- パスワークの中でビジョンと合わせるタイミングを育てる
- ミドルレーンを経由したサイドチェンジ
- 実戦で使えるシンプル1on1 (ディフェンスを外す術)
- スペーシングとムービングのタイミング
- オフボールマンスクリーンと1on1 (3on3)
- 2ポジションのプレーを学ぼう (リフト)



Disc

2



Disc

3



### 1138-3 Disc 3 71 min

- オンボールマンスクリーンとオフボールマンスクリーンの同時プレー (2on2+2on2)
- シューターを活かすプレーの考察
- 身長差を補うリバウンドプレーの考察 (スクリーンアウトを含む)
- レイアップシュートの考察
- シザースプレーの発展考察

2022年10月、本作の撮影が行われました。佐藤先生はご自身の作品に対して細部にまでこだわりを持たれ、これまでの作品では自ら編集をされることもありました。また、制作の過程でバスケットボールに対する情熱、選手への愛情を感じさせていただきました。生前のご厚情に深く感謝申し上げますとともに、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。