

変幻自在のカメレオン・オフENSE

DVD
VIDEO

どんなディフェンスにも対応可能!!

ろうきゅう 龍久モーションオフENSE

DVD No.570-S

[全4枚 25,200円 / 各2枚組 12,600円(分売不可/税込・送料別)]



\\指導はこの人!!!\\

●指導・解説 / 佐藤 久夫

(明成高等学校男子バスケットボール部
ヘッドコーチ / 仙台大学体育学部准教授)

●実技 /

明成高等学校男子バスケットボール部

戦績
[仙台高校]
・全国高等学校総合体育大会 16年連続出場 準優勝1回 / 3位4回
・全国高校選抜優勝大会 13年連続出場 優勝2回 / 準優勝1回 / 3位5回
・国民体育大会 優勝1回 / 3位2回
[明成高校]
・全国高等学校総合体育大会 2年連続出場 3位1回
・全国高校選抜優勝大会 4位1回
・国民体育大会 準優勝1回 / 3位1回

裏面も
ご覧下さい!
→

モーションオフENSEを習得することによって、攻撃の楽しさを知り、バスケットボールの原理原則を深く理解することができます。また、オールラウンドプレイヤーの考え方を身に付けることができ、ディフェンスの状況に合わせて、攻撃を組み立て、確率の高いシュートでリングをねらうことができます。

佐藤ヘッドコーチの考える最強のオフENSEとは、パッシングとドリブルドライブのミックスオフENSEです。

本格的にパッシングモーションオフENSEを研究し始めて約15年になり、完全な理論とスムーズな習得が図れる指導体系を確立するために、日々研究中です。パッシングプレイを作ることには難しいものではありません。パッシングでディフェンスを攪乱し、ドライブでシュートプレイに入る方法は、国際試合においても実証済みです。さらに、ドリブルドライブはセンタープレイヤーのような、サイズと重さを兼ね備えたプレイヤーにも習得してほしい効果的なプレイです。

明成高校では、次の3つのポイントを大切に指導しています

1. パッシングモーションオフENSEの入り方
2. バランスの取れたポジションから攻めにつながる動きを入れて
アンバランスなポジションをつくりバランスを求めて攻めにつながるように動く
3. チェンジオブベース・チェンジオブディレクション

パッシングモーションオフENSEはバスケットボールの原理原則を学ぶ最も適した題材です。世界でも類を見ないオリジナルなスタイルといえるでしょう。皆さんもこのDVDから多くのヒントと刺激を得て、パッシングモーションオフENSEシステムの研究にお役立てください!

570-A パッシングモーションオフENSE [DVD 2枚組 12,600円(分売不可)]

DISC-1 (23min.)

- モーションオフENSEの要点
- 基本パス～パスとドライブの連係～
- ギブ&ゴードリル

DISC-2 (119min.)

- パッシングモーションオフENSE
- 5on5パッシングモーションマンツーマンブレイク
- 5on5パッシングモーションゾーンブレイク



570-B ドリブルドライブモーションオフENSE [DVD 2枚組 12,600円(分売不可)]

DISC-1 (37min.)

- ボールコントロール
- ドリブルの突き出し
- ドリブルドライブプレイ
- オールコートのドリブルドライブ&
パッシングブレイク

DISC-2 (62min.)

- ドリブルドライブとパッシングモーションの展開
- 実戦モーションオフENSE



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

ろうきゅう 籠久モーションオフense

どんなディフェンスにも対応可能!!



570-A

パッシングモーションオフense

[DVD 2枚組 12,600円(分売不可)]

型にはまらない変幻自在の攻撃で、どんなディフェンスにも対応するパッシングモーションオフense。

状況に応じてショートパス、ロングパスなどの多彩なパスを使い分け、それに伴う動きによってディフェンスを攪乱し、予想もできないプレイを展開していきます。

DISC-1 (23min.)

[オープニング]

■モーションオフenseの要点

- ◎モーションオフenseのすすめ
- ◎パッシングモーションオフenseとダブルドライブモーションオフenseについて

■基本パス～パスとドライブの連係～

- ◎チェストパス
- ◎アンダーハンドパス
 - ①リズムとスペース作り
 - ②ギブ&ゴー

- ◎手渡しパス
- ◎オーバーハンドパス
- ◎バウンスパス
- ◎ショルダーパス(ワンマンブレイク)

[ONE POINT / 基本パスのまとめ]

■ギブ&ゴードリル

- ◎基本的なギブ&ゴー
- ◎ギブ&ゴー
 - ①4人組ボール2個
 - ②5人組ボール2個
 - ③6人組ボール3個

[ONE POINT / ギブ&ゴーのまとめ]

DISC-2 (119min.)

■パッシングモーションオフense

◎オフenseの入り方

- ①ボールサイドカッティングオフense
- ②シザースカッティングオフense
- ③シャッフルカッティングオフense
- ④つなぐ動きを利用したオフense
- ⑤ワンカッティングオフense(4on4)
- ⑥シャッフルカッティングオフense(4on4)
- ⑦シザースカッティングオフense(4on4)

[ONE POINT / パッシングゲームのまとめ]

■5on5パッシングモーションマンツーマンブレイク

[ONE POINT / マンツーマンブレイクのまとめ]

■5on5パッシングモーションゾーンブレイク

◎パッシングモーションでのゾーンブレイク

◎ゾーンで多く用いるパスワーク

- (リロケーション/ゾーンで用いるパスワーク)
- ①左右に揺さぶるオフense
- ②上下に揺さぶるオフense
- ③形を歪めるオフense
- ④縮める広げるオフense
- ⑤トライアングルスタンディングパッシング

[ONE POINT / ゾーンブレイクのまとめ]



570-B

ダブルドライブモーションオフense

[DVD 2枚組 12,600円(分売不可)]

ダブルドライブからパッシングモーションとその逆から入るパッシングからダブルドライブモーションといった、相反するオフenseスタイルを取り入れることで、対応力と集中力を育成するねらいもあります。同時に考えながらプレイを行なうことで、プレイの原理や原則の理解を深め、読みと予測を兼ね備えた知的なプレイヤーをつくることにもつながっていきます。

DISC-1 (37min.)

■ボールコントロール

- ◎ボールコントロールについて
 - ①ボールハンドリング
 - ②インアウトドライブ

[ONE POINT / ボールコントロールのまとめ]

■ダブルの突き出し

- ①±(プラスマイナス)ミートからの横ズレ
- ②上下の吸い込み
- ③ポンプフェイク

[ONE POINT / ダブルの突き出しのまとめ]

■ダブルドライブプレイ

- ①ダブル1on1
- ②ダブルドライブ1on1

[ONE POINT / ダブル1on1のまとめ]

◎パンチングアウトについて

- ③パンチングアウト
- ④パンチングアウトとペネトレート

[ONE POINT / パンチングアウトのまとめ]

■オールコートダブルドライブ&パッシングブレイク

- ◎ダブルドライブ&パッシングブレイク(2~3人)

[ONE POINT / ダブルドライブ&パッシングブレイクのまとめ]

DISC-2 (62min.)

■ダブルドライブとパッシングモーションの展開

- ①ダブルドライブ&パッシングモーション(4人)
- ②パッシング&ダブルドライブモーション(4人)

[ONE POINT / ダブルドライブとパッシングモーションの展開]

■実戦モーションオフense

- ◎パッシングモーション5on5実戦練習
- ◎ダブルドライブモーション5on5実戦練習
- ◎パッシングとダブルドライブのミックスオフense(ゾーン&マンツーマン)

[ONE POINT / 実戦モーションオフense]

[エンディング(モーションオフenseを習得するための基本)]

[明成高校バスケットボール部 選手紹介]

