

子ども達を丁寧に教えている 全国各地の小学生バレー指導者の エッセンスを中心に集めました!



初心者・新入生を試合で活躍できる選手に育てる!

トップコーチに学ぶ!

初心者のための技術と ゲームで活かせる練習法



～バレーボール『オムニバス』シリーズ～



弊社人気シリーズの中から「初心者の練習」に特化した映像をピックアップしたディレクターズカット版が登場!
バレーボールの初心者に基礎を教えることは簡単ではありません。

今回のDVDは、初心者の指導に頭を悩ませている指導者の方、バレーボール経験がなく一から指導法を勉強している方に向けて、初級者が試合で活躍できるくらい上達するための練習メニューを中心にまとめました。「オーバー&アンダーハンドパス」「アタック」「レシーブ」などの基礎技術から「ネットプレー」「ブロックフォロー」などの試合で失点してしまいがちな局面での対処法を紹介し、バレーボールに必要な技術が一通り習得できるようにピックアップ。始めて間もない子ども達を一から育て上げてきた指導者達の選手に理解されやすいように工夫された指導法は、わかりやすくすぐ実践できる内容ばかり。

全国各地の名コーチ達の初心者指導を厳選したお得な一本です。選手の将来につながる技術の習得、さらに試合で活躍できる選手の育成にぜひお役立てください。

指導経験の浅い先生方必見!
役立つ「バレーボールの基礎練習」を網羅!

883-1 初心者・新入生指導に活かせる
ドリル&スキル集 76min

883-2 こうすれば試合で活躍できる!
ゲームライクドリル集 68min

裏面にて商品詳細をCHECK!

スペシャル購入特典
DVDを買うとデータ版がダウンロードできます。
スキルごとにデータを分割! 好きな練習だけ選べる!
その場で確認、選手に動きを見せられる!



※本作は各巻において、再編集を行ったリメイク版となります。新作ではありませんのでご注意ください。
※肩書等は撮影当時のものです。



トップコーチに学ぶ!

商品番号 883-S 全2巻 16,000円+税 各巻 8,000円+税 (送料別)



初心者のための技術のゲームで活かせる練習法

～バレーボール『オムニバス』シリーズ～



883-1

初心者・新入生指導に活かせる ドリル&スキル集

76min

オーバーハンドパス

山本 忠文氏の指導 オーバーハンドパス

フットワークを使ったオーバーハンドパスの練習を紹介します。筋力がそれほどない選手を指導する際の注意点も解説していきます。

松井 泰二氏の指導 オーバーハンドパス1

オーバーハンドパスでバチッと音がしてしまう選手の修正方法を紹介。ボールをきちんと入れてきちんと出せるように指導していきます。

八幡 義雄氏の指導① 誰にでもできるオーバーハンドパスの修正方法

オーバーハンドパスでボールが失速してしまう選手の修正方法を紹介。一本指でパスをあげることで押し出す動作がきちんとできるようになります。

アンダーハンドパス

渡辺 英俊氏の指導① アンダーパス

アンダーハンドパスの基本の構えを習得し、その後2人組で2m、5m、8mのパスの練習をすることで距離感を掴んでいきます。

松嶋 博氏の指導① 1対1で行う様々なパス練習

正面で捕れないボールを体の横であげる練習やサイドステップをしながらボールをあげる練習を紹介します。

レシーブ

渡辺 英俊氏の指導② レシーブ

強いボールを返せるようにするためのレシーブ練習を紹介します。また左右にふられたときや、逆をつかれたときにステップで切り返す練習も紹介しています。

八幡 義雄氏の指導② 早く上達するレシーブの極意 レシーブ～スライディングレシーブ

体育館のコートが取れないときの壁当てレシーブの練習とスライディングレシーブで守備範囲を広げる練習を紹介します。

アタック

松嶋 博氏の指導② アタック動作の導入

アタックを打つための導入として、段階的に正しいアタック動作を習得していく練習を紹介します。

八幡 義雄氏の指導③ 身体のバランスを作るアタック力の強化

アタック練習をする際の注意点と跳び箱を使ってフォームやボールのインパクトを理解する練習を紹介します。

※本作は各巻において、再編集を行ったリメイク版となります。新作ではありませんのでご注意ください。※肩書等は撮影当時のものです。

883-2

こうすれば試合で活躍できる! ゲームライクドリル集

68min

レシーブ

松嶋 博氏の指導 実戦的なレシーブ練習

シートレシーブと3人組で行うレシーブで、より実戦に近い状況でレシーブする練習を紹介します。

サーブ

上杉 秀人氏の指導 サーブの場面練習

試合で安定したサーブが打てるように、自分の間合いでサーブを打つための練習を紹介します。

ネットプレー

山本 忠文氏の指導 ネットプレー

ネットに跳ね返ったボールをまずは自分の真上に上げる練習と応用としてネットに跳ね返ったボールをトスであげる練習を紹介します。

ブロック

永井 秀樹氏の指導 攻撃の作り方

ブロックにかかった後の処理、さらにそのボールをつないでからの切りかえしを紹介します。

ブロック

高橋 利幸氏の指導 ブロックのコンビづくり

ブロックコンビを作るために、ネットにつくスピード、サイド移動のスピード、2人のジャンプを揃えることを意識した練習を紹介します。

ゲーム形式

渡辺 英俊氏の指導 ゲーム

ハーフコートや対角で行うミニゲームを紹介しています。小さいコートで行うことで基本で学んだ動きが使いやすく楽しくゲームができます。

御宿 重夫氏の指導 後衛3対3 10対15からのゲーム

ゲーム形式の練習を通して試合で力を発揮することができるチームを目指します。

弊社通販サイトにて、
無料サンプル動画公開中!

ジャパンタイム DVD バレーボール

検索



スペシャル
購入特典

DVDを買うとデータ版がダウンロードできます。

スキルごとにデータを分割/
好きな練習だけ選べる!

その場で確認、
選手に動きを見せられる!

収録作品 / 指導者紹介

山本 忠文氏 江別市立中央中学校男子バレーボール部監督/
前 恵庭市立恵庭中学校男子バレーボール部監督

●778-S めざせ! 都道府県大会出場!! ~初心者・初級者中心のチームでブロック大会を突破しよう!~ 第1巻(778-1) ゲームに直結する個人技術の練習法 より抜粋

松井 泰二氏 東京工科大学准教授/国際バレーボール連盟公認コーチ/
日本バレーボール協会科学委員会

●650-S 短期間で必ずうまくなる! 松井先生のバレーボールマジック!! 第2巻(650-2) 柔らかく、遠くまで飛ばすことができる! 段階的オーバーハンドパスドリル集 より抜粋

八幡 義雄氏 FIVB国際バレーボール連盟 国際公認コーチ/大阪産業大学客
員教授/元 台湾・タイ・フィリピン各国女子ジュニアユースコーチ

●518-S バレーボールはリズムを作って練習する! ~名将・八幡義雄のバレーボール指導の極意~ 第2巻(518-2) リズムを意識した技術指導編Part.1 第3巻(518-3) リズムを意識した技術指導編Part.2 より抜粋

●663-S 中学校女子バレーボール・部活指導のABC ~宮崎市バレーボール協会・中学部の取り組み~ 第5巻(663-5) 効果的にチーム力をアップする より抜粋

渡辺 英俊氏 藤原フェアリーズ監督

●522-S 大分・藤原フェアリーズ渡辺監督の心と身体を育てるバレーボール指導 ~子供の能力・体力を最大限に伸ばす!~ 第1巻(522-1) チームづくりとバレーボールの基本技術~パス・レシーブ編~ 第3巻(522-3) ゲームで生かせる技術指導~ブロック・スパイク・ゲーム編~ より抜粋

松嶋 博氏 長野県・小布施スポーツ少年団女子バレーボールチーム監督

●476-S 楽しみながら上達する! バレーボール実践練習法 ~小布施スポ少に学ぶ選手の育て方~ 第2巻(476-2) 様々なパス練習とサーブレシーブ編 第3巻(476-3) 確実なサーブとアタック編 第4巻(476-4) 実戦的なレシーブ/ブロック/ゲーム形式編 より抜粋

上杉 秀人氏 宮崎市立田野中学校

●663-S 中学校女子バレーボール・部活指導のABC ~宮崎市バレーボール協会・中学部の取り組み~ 第5巻(663-5) 効果的にチーム力をアップする より抜粋

永井 秀樹氏 大分県杵築市立杵築中学校女子バレーボール部監督

●414-S 杵築中学校にみる中学生女子のための実戦的バレーボール指導 ~チーム作りを考えた基礎と応用~ 第6巻(414-6) チーム練習(応用練習) より抜粋

高橋 利幸氏 札幌市立琴似中学校、同指導部中学部長

●575-S 北海道バレーボール第2次ジュニアキャンプ ~中学生チームのコンビネーションをつくる約束練習~ 第4巻(575-4) 女子編2 約束練習【ブロック&総合練習】より抜粋

御宿 重夫氏 共栄学園中学校バレーボール部監督

●644-S 共栄学園中学校・チームが変わる! 全国を制した御宿式メソッド 第2巻(644-2) チームの対応力を培う複合練習 より抜粋