

# フリーオフENSEの “狙い目”

商品番号

904-S



★弊社通販サイトにて、  
無料サンプル動画  
公開中!



ジャパンライム DVD ハンドボール 検索

## ~きっかけの意図を理解して、 展開のイメージを共有する~



■指導・解説：酒巻 清治 (トヨタ車体ブレイヴキングス ハンドボールチーム 監督)  
■実技協力：トヨタ車体ブレイヴキングス ハンドボールチーム

きっかけの動きの意図を、  
**ボード解説**と**実践**を  
交えて詳しく解説

4対3

3対2



ボード解説

実践

### 6対6 から 数的優位 に持ち込む筋道が わかりやすい

詳細は裏面を  
ご覧ください!

「このきっかけをすることで、相手ディフェンスのどこにマークミスが生じるのか」  
「同じきっかけでもラインプレーヤーの位置が違えば、狙い目は変わるのか」  
「ディフェンスシステムの弱点を突くには、どういう攻め方が効果的なのか」  
現場の疑問に、元日本代表監督で現在はトヨタ車体を指導する酒巻清治監督が答えます。

前作との違い

前作「フリーオフENSE戦術を極める～ひとつの「きっかけ」からエンドレスに攻めるセットオフENSE～(商品番号833-S)」では基本的な6対6の組み立て方を1対1、2対2の基本スキルから段階を踏んで紹介しました。基本スキルをベースに「きっかけ」となるポジションチェンジのバリエーションを3対3で実践し、そこからアイデアを膨らませ6対6につなげていきます。

今作はより試合で使いやすいように6対6に限定し、きっかけの意図と展開方法をより具体的かつ数多くのバリエーションを紹介。前作と合わせてご覧いただくと、セットオフENSEをより深く理解できるでしょう。

全2巻 ▶ 16,000円+税 / 各巻 ▶ 8,000円+税 (送料別)

# フリーオフENSEの “狙い目”

商品番号  
**904-S**  
DVD  
VIDEO

～きっかけの意図を理解して、展開のイメージを共有する～

6対6のセットオフenseはハンドボールの醍醐味であり、最も指導しにくい部分でもあります。このDVDではセットオフenseの組み立て方を詳しく説明していきます。

今回は基本的なポジションチェンジからラインプレーヤーの中継やラインプレーヤーを2人配置したケースなど、それぞれのきっかけの意図を明確にし、どこを狙って数的優位を作るのかを解説しています。

たとえば「このきっかけをすることで、相手ディフェンスのどこにマークミスが生じるのか」、「同じきっかけでもラインプレーヤーの位置が違くと、狙い目は変わるのか」、「ディフェンスシステムの弱点を突くには、どうい

攻め方が効果的なのか」といった現場の疑問に、元日本代表監督で現在はトヨタ車体を指導する酒巻清治監督が答えます。6対6を戦術ボードと実践を交えて紹介し、試合での展開の仕方をイメージしやすいように構成しています。

セットオフenseの原理原則は世界共通です。オフenseの考え方がわかれば、その裏返しでディフェンスも上達します。シュートの狙い目がわかれば、ゴールキーパーの展開を読む力にも役立ちます。セットオフenseの指導に悩む指導者、攻撃を組み立てるセンタープレーヤーだけでなく、より多くのハンドボール選手に見てもらいたいDVDです。

展開のイメージをチームで共有できれば、フリーオフenseを実践できる

904-1

71min

## 最適な「きっかけ」とシュートチャンス①

はじめにセットオフenseの原理原則を解説。スペースのつくり方や数的優位のつくり方を理解します。そこから6対6で基本的なポジションチェンジの意図と狙い目を、戦術ボードと実践を交えながら解説していきます。さらにラインプレーヤーに焦点を当て、位置の変化による狙いや中継プレーの狙い目を紹介します。

### ■オフenseの原理原則(解説)

- DFを操作し 広いスペースをつくる ●DFを片側に寄せる/段差をつくる
- DFの間に位置を取る ●目の前のDFを観察する
- 「きっかけ」は掛け算で増えていく

### ■基本の5通り<<対6:0DF>>

- パラレル ●センタークロス ●バッククロス
- バックセンタークロス ●ユーゴ

### ■基本の5通り<<対3:2:1DF>>

- パラレル ●センタークロス ●バッククロス
- バックセンタークロス ●ユーゴ

### ■応用編

- サイドユーゴ① ●サイドユーゴ② ●ロシア ●クロスチェンジ

### ■ラインプレーヤーの位置

- 位置の違いによる狙いの変化(解説)
- スタートの違い(左右)による狙いの変化(解説)
- パラレル ●センタークロス ●バッククロス
- バックセンタークロス ●ユーゴ

### ■ラインプレーヤーの中継

- 対3:2:1DF ●対6:0DF



904-2

73min

## 最適な「きっかけ」とシュートチャンス② &ディフェンスシステムの弱点を突く

この巻ではディフェンスを分断する切る動きやダブルラインプレーヤーといった、第一巻で紹介した内容から発展させたオフenseの狙い目を解説していきます。後半では様々なディフェンスシステムの弱点を解説し、狙い目やシュートチャンスのつくり方を紹介します。

ディフェンスの弱点を踏まえて、  
セットオフenseが組み立てられる

### ■切る動き

- バックプレーヤーが切る ●センタープレーヤーが切る
- サイドプレーヤーが切る
- 応用バリエーション<<切って抜ける>>
- 応用バリエーション<<切ってスクリーン>>
- 応用バリエーション<<切って戻る>>



### ■ラインプレーヤー2人(ダブル)

- ラインプレーヤーを両端に置く
- サイドプレーヤーを活かすバリエーション

### ■ディフェンスシステムの弱点を突く

- オーソドックスな6:0DF
- ラインプレーヤーをマンツーマンで守る6:0DF
- 2枚目が高く出る6:0DF ●オーソドックスな3:2:1DF
- トップDFがタイトにマークする3:2:1DF
- 5:1DF ●4:2DF ●3:3DF



★弊社通販サイトにて、  
無料サンプル動画公開中!

ジャパンライム DVD ハンドボール 検索

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp> 会員登録でお得なポイントプレゼント!

### ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。  
(お支払い方法はカード決済のみとなります)

### DVD版

- ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。受注確認後3~6営業日でお届けします。
- 到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき500円+税)。
- 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は、必要書類は担当者までお申し付けください(通販サイトの公費購入FAX申込書類でも購入可)。
- カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエキスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●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**  
〒113-0033  
東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F  
**TEL. 03-5840-9980**  
**FAX. 03-3818-6656**