

名門3クラブに学ぶ 「基本」と「チーム」と「個」の育成

商品番号 961-S

～宮の原・大野・柿生によるミニバスケットボール指導法～

関東の名門3クラブが揃い踏み! 3監督の強烈な個性がひとつに!

宮の原

ミニバスケットボール部

2012年度
全国大会

第3位

2013年度
全国大会

優勝

2015年度
全国大会

準優勝

全員が主役になれる
バスケ(略して全員バスケ)を
目指しています。
特定の選手に頼らないよう、
全員がファンダメンタルを
身につけていきます!

指導/解説
渡辺淳一
栃木県/
宮の原ミニバスケット
ボール部監督

柿生

フィリーズ

2014年度
関東大会

優勝

2014年度
全国大会

優勝

「基礎とオリジナル」の
融合がチームのウリです。
確かなファンダメンタルを
徹底させつつ、常識に
縛られないバスケットに
挑戦します。

指導/解説
佐能俊秀
神奈川県/
柿生フィリーズ監督

大野

ミニバスケットボールスポーツ少年団

2015年度
関東大会

優勝

2015年度
全国大会

準優勝

協調性を重視して
「個の力」を「組織力」へ
とつなげられるような
チームづくりに
挑戦しています!

指導/解説
寺田政志
茨城県/
大野ミニバスケット
ボールスポーツ
少年団監督

実技協力▶宮の原ミニバスケットボール部/柿生フィリーズ/大野ミニバスケットボールスポーツ少年団

まさに夢の企画が実現! ミニバス界でその名を轟かせる強豪チームが一堂に会し、それぞれの監督が特別指導を行いました。

「ファンダメンタル」「チームオフェンス」「1on1」という、それぞれがこだわっているテーマを担当し、3チームの選手たちに指導をしていくスタイル。

他チームの選手たちは普段やっていない練習に四苦八苦しますが、丁寧な指導で徐々にコツをつかんでいきます。

この様子が、自チームに練習法を落とし込んでいく際に参考になるはずです。

同じミニバスの指導者はもちろんのこと、中学校のコーチングでもマッチする内容となっています。各監督の個性あふれる指導術をぜひご覧ください!

「ファンダメンタル」「チームオフェンス」「1on1」三者三様のテーマで各チームを指導する!

商品番号 961-S

全3巻 24,000円+税
(各巻8,000円+税)

送料一律

500円+税

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 5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03 (3818) 6656

2017.2



ジャパンライム DVD 通販サイト
<http://www.japanlaim.co.jp>
新規会員登録でお得なポイントプレゼント!



ダウンロード版をご希望の方はこちら!
<http://www.jlc-download.com>
※パソコンからご購入・ダウンロードしてください。

名門3クラブに学ぶ 「基本」と「チーム」と「個」の育成

商品番号 961-S

～宮の原・大野・柿生によるミニバスケットボール指導法～

961-1 :84min 指導▶宮の原ミニバス・渡辺淳一

ボールコントロールを磨く 「ファンダメンタルドリル」

コーディネーションの要素をふんだんに盛り込んだ、ハンドリング・ドリブルのバリエーションを紹介。宮の原では毎日の練習で必ず行うドリルで、訪れた外部の指導者が一様に驚くというメニューを一挙公開します。難しいものもありますが、遊びの要素を取り入れつつ、飽きさせない練習で選手としての伸びしろを育てます。

- イントロダクション
- ハンドリングフットワーク①
 - ・腕をスイングさせながら体の前で交互にボールを持ち替える
 - ・ケン・パシしながら体の周りをボール回し など 11種類
- ハンドリングフットワーク②
 - ・スタートを背中にしてケン・ケン・パシしながら左右交互の方向にボール回し
 - ・後ろ向きで歩きながらボールを足の下に左右交互に通す など 10種類
- ドリブルドリル①
 - ・大きく強くドリブル
 - ・歩きながらレッグスルー(内側) など 8種類
- ドリブルドリル②
 - ・足の前でバウンドするフロントチェンジ
 - ・両足ストップからレッグスルー→1ドリブル→ロールターン など 13種類

ハンドリングフットワーク③

ドリブルドリル①

初心者から叩き上げていく、ミニバス指導の頂点がここに!

961-2 :82min 指導▶大野ミニバス・寺田政志

小学生からできる 「チームオフenseドリル」

小学生離れた多彩な攻撃、戦術を駆使して勝ち上がってきた大野ならではの「チームオフense」を紹介します。ここでは“あわせ”や“スクリーン”をメインに、基礎のドリルからセットオフenseまで段階的に解説。スクリーンの使い方、パスの選択、声のかけ方など、普段スクリーンを使わないチームの選手にもわかりやすく指導していきます。

- イントロダクション
- スクリーンからのシューティング
- あわせ練習
 - ・ランニングシュートでのあわせ
 - ・ショートコーナーでのあわせ
- 1on1からの判断パス
- スキップパスからの1on1
- スクリーンを利用したオフense
 - ・オフボールスクリーン
 - ・ピック&ロール
 - ・セットオフense

1on1からの判断パス

ショートコーナーでのあわせ

セットオフense

1 ワイクサイドのスクリーンからカット

各コーチの「こだわり」を1巻に凝縮! チームの「強み」をつくる練習法を公開!

961-3 :75min 指導▶柿生フィリーズ・佐能俊秀

攻守で徹底する 「1 on 1の強化」

佐能監督がこだわり抜く、1on1における攻守のポイントを徹底的に指導していきます。オフense面ではミートに着目。走り方から止まり方、ボールの扱いまで詳細に解説します。一方のディフェンスでは、相手の自由を極限まで奪いにかかります。身長や能力を問わず、マンツーマンに強い選手になるための秘訣が語られています。

- イントロダクション
- フロントミートからの攻撃
 - ・ボールキャッチ
 - ・ラインを使った走り方
 - ・ラインを使ったボールミート
 - ・フロントミートからのレイアップ
- プレッシャーディフェンス
- 総合練習
 - ・3on2の10回パス(Off)
 - ・3on2の10回パス(Def)

ラインを使ったボールミート

フロントミートからのレイアップ

プレッシャーディフェンス

3on2の10回パス(Def)

下敷き1枚入程度の間合いで密着する