



ジャパンライム

ハンドボール
DVDカタログ
2020

世界でも通用する1対1のテクニックと駆け引き

オススメ

石立真悠子 「1対1スキル」コーチング



指導・解説 石立 真悠子 (三重バイオレットアイリス)

表技協力 愛知県立旭丘高等学校女子ハンドボール部

「自分が世界で戦えたのは1対1スキルのおかげです。」という石立選手。「1対1の動作やスキルを習うことなく1対1に挑む選手をなくしたい。」という思いから制作を決意してくださいました。動作スキル、フェイントスキル、1対1を活かす戦術など、実戦の中で体得してきた本物のスキルとそのコーチングは必見！ハンドボールに携わるすべての人にご覧いただきたい作品です！



商品番号 1113-S / 全2巻 / 販売価格17,600円(税込)

2対2のメカニズムを徹底的に落とし込む

楠本繁生の “状況判断を伴う”ハンドボール

～数的有利下で確率の高い攻撃を選択する～



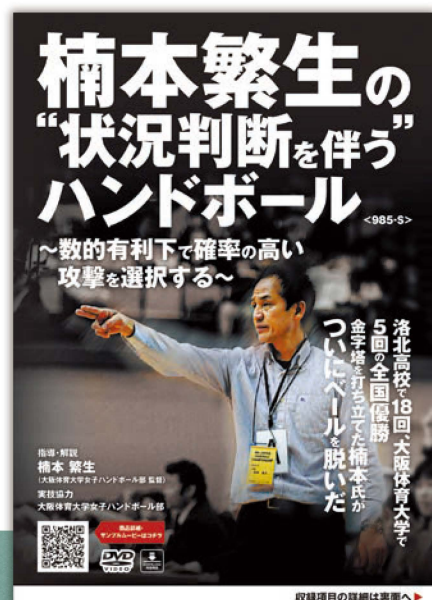
指導・解説 楠本 繁生 (大阪体育大学女子ハンドボール部 監督)

表技協力 大阪体育大学女子ハンドボール部

今作のテーマは、楠本氏が徹底的にこだわってきた「状況判断」。2対2をベースにした2対1のつくり方から、「得点する確率の高い攻撃」を選択できるようになるためのトレーニングを紹介していただきました。勝ち続ける指導者はどこを見ているのか、「状況判断」の具体的な指導方法が示された今作を是非ご覧になってください！



商品番号 985-S / 全3巻 / 販売価格26,400円(税込)



パス成功率99%で全中を制した練習メニュー

試合を組み立てる「投げ」動作の習得

～スキル強化とシーンに則したスキルの選択～



指導・解説 深見 忠司 (名古屋市立滝ノ水中学校男子ハンドボール部 顧問)

実技協力 名古屋市立滝ノ水中学校男子ハンドボール部

2017年、2年生の夏まで公式戦の経験がなかった選手たちで全中を制した滝ノ水中学校。しかも、メンバー全員が中学校からハンドボールを始めた選手でした。さらに全国大会でのパス成功率は99%(レギュラーメンバー)。その躍進の原動力になったのは「投げることにこだわった日々の練習」と深見先生は言います。本作ではこの驚くべき結果を生み出した練習メニューを紹介します。



商品番号 1024-S/全3巻/販売価格26,400円(税込)

ポストを活かしてコートバランスを向上させる

ポストを有効に使ったコンビネーションオフェンス

～駆け引きのできるポストプレーヤーがシュートチャンスを量産する!～



指導・解説 石川 浩和 (佼成学園女子高等学校ハンドボール部 監督/U-18女子日本代表 コーチ)

実技協力 佼成学園女子高等学校ハンドボール部

ポストプレーヤーの基礎判断力訓練から、バックプレーヤーとのチームオフェンス練習まで、攻撃の選択肢を格段に増やすコンビネーションドリルをご紹介します。体格に恵まれない選手でも、セオリーを知り判断力を訓練することで、自在に攻撃の展開を行うことが可能です。狙うべきオープンスペースの生み出し方、飛び出しのタイミング、体の入れ方等を学んで、チームの得点パターンを増やしましょう!



商品番号 772-S/全2巻/販売価格17,600円(税込)

セットオフェンスの組み立て方を詳しく紹介

オススメ

フリーオフェンス戦術を極める

～ひとつの「きっかけ」からエンドレスに攻めるセットオフェンス～



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)

表技協力 トヨタ車体ブレイヴキングスハンドボールチーム



ハンドボールで一番難しいのが、6対6のセットオフェンス。感覚で「なんとなく」わかっているけど、順序立てて説明できる指導者はなかなかいません。1対1や2対2をどのように6対6につなげていくのか。同じ「きっかけ」の動きからスタートして、どのように発展させていけばいいのか。指導者だけでなく、選手たちも疑問を抱いている部分を、トヨタ車体の酒巻清治監督が詳しく説明しています。

商品番号 833-S / 全2巻 / 販売価格17,600円(税込)



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)

表技協力 トヨタ車体ブレイヴキングスハンドボールチーム

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。より試合で使いやすいよう6対6に限定し、実際の展開方法を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、セットオフェンスをより深く理解できるでしょう。

セットオフェンスを6対6でより実戦に近い形で紹介

フリーオフェンスの“狙い目”

～きっかけの意図を理解して、展開のイメージを共有する～



商品番号 904-S / 全2巻 / 販売価格17,600円(税込)

コンタクトを恐れずに戦うディフェンスへ変貌

オススメ

積極的に仕掛ける 6-0ディフェンス

～守るディフェンスから攻めるディフェンスへ～



指導・解説 石川 浩和 (佼成学園女子高等学校ハンドボール部 監督/U-18女子日本代表 コーチ)

表技協力 佼成学園女子高等学校ハンドボール部

コンタクトプレーが多いハンドボールでは、逃げずに戦うことが重要となります。特に女子選手に対してコンタクトが多くなるディフェンス指導は難しく、悩まれている指導者の方々は多くいることでしょう。本作では積極的に仕掛けるディフェンスをつくるための基礎技術から、6-0のシステムまでとディフェンスに関する指導の多くが詰まっています。選手に戦う術を与えるためのシリーズです。



商品番号 673-S / 全2巻 / 販売価格17,600円(税込)



高い位置から仕掛けるフォーメーション

明光学園 「攻撃的なディフェンス」の作り方



指導・解説 積 孝也 (明光学園高等学校ハンドボール部 監督)

表技協力 明光学園高等学校ハンドボール部

明光学園のディフェンスは3-2-1など、女子では珍しい積極的な陣形を取ります。運動量は求められますが、身長や身体能力といった差を埋められるのが特徴です。作中では、必要となる足の使い方やポジション取りから紹介し、様々なフォーメーションに対応できるように指導法を見せていきます。きちんと段階を踏めば、誰もが取り組める内容となっています。ぜひ、新しいスタイルの構築にお役立てください。



商品番号 987-S / 全1巻 / 販売価格8,800円(税込)



「3つの基本」を実戦的なスキルまで高めるドリル集

ゴールキーパー「3つの基本」

～セービング率を飛躍させる土台づくり～



指導・解説 **吉田 耕平** (関西大学北陽高等学校ハンドボール部 監督/男子ユース(U-19)日本代表 GKコーチ)

表技協力 **関西大学北陽高等学校ハンドボール部**

ハンドボールは一試合30点以上失点することもあるスポーツです。しかし、「その分やりがいを感じるのがキーパー」と、吉田耕平先生は言います。本作ではどのカテゴリーにも共通する「3つの基本」と、それを選手に落とし込むための多彩なドリルを紹介。たった3つですが、とても大切な3つです。ゴールキーパー指導に悩まれている方、見直したい方に是非ご覧になっていただきたい作品です。



商品番号 1106-S/全1巻/販売価格8,800円(税込)

競技特性を踏まえたトレーニングメニュー

ハンドボールに特化したトレーニング

～筑波大学男子ハンドボール部を例にしたフィジカル強化～



指導・解説 **ネメシュ・ローランド** (法政大学スポーツ健康学部 専任教員)

表技協力 **筑波大学男子ハンドボール部**

ハンドボールのパフォーマンスは、大半が片手・片足をメインに使う左右非対称の動作であり、本作ではそのような競技特性を踏まえたメニューを紹介します。トレーニングによって身体能力を向上させることで技術練習、戦術練習の強度や精度も上がり、全体を相対的に高めることを可能にします。フィジカル強化の具体的なメニューや指導方法に迷っている皆様にご覧になっていただきたい作品です。



商品番号 1066-S/全2巻/販売価格17,600円(税込)

ドイツで選手・監督双方を経験した財産を本作に還元

植松伸之介の 「個を伸ばす」ハンドボールドリル

～ドイツでの経験に基づいた、体の機能と判断力を鍛えるトレーニング～

指導・解説 植松 伸之介 (明星大学男子ハンドボール部 コーチ/男子ユース(U-19)日本代表 監督)

実技協力 明星大学男子ハンドボール部

植松氏の練習は、一度に沢山の情報を処理するように組まれているので「練習のための練習」にはなりません。終わった時にきっと選手は「頭が疲れた!」と言うでしょう。それだけ密度の濃い、短時間でも高い集中力が求められるメニューばかりです。



商品番号 1012-S/全2巻/販売価格17,600円(税込)

指導者へのアンケートをもとにした課題解決法

現場の悩みに答える ハンドボール指導

～講習会形式で学ぶ課題解決法～

指導・解説 武末 潤 (東京都中学校体育連盟ハンドボール部)

実技協力 安田学園中学校・高等学校男女ハンドボール部

中学・高校の指導者に事前調査を行い、現場で求められていることを精査したうえで内容を決定。公立中学で指導にあたり、多くの学校で全国へチームを導いてきた武末先生が、一つ一つ解説していきます。



商品番号 1016-S/全4巻/販売価格23,100円(税込)

「守って速攻」の一連の流れを強化する

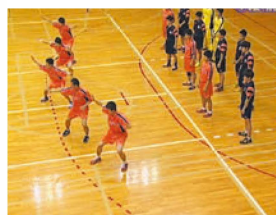
牽制を活かしたDF&3段階の速攻

～法政二高 意図的ディフェンスから速攻の組み立て～

指導・解説 阿部 直人 (法政大学第二高等学校ハンドボール部 監督)

実技協力 法政大学第二高等学校ハンドボール部

速攻につなげるためのディフェンス練習と、段階的な速攻練習を中心に紹介します。約束事や原則を全員に浸透させ、チームに共通意識として持たせるための練習法・指導法を紹介しています。



商品番号 527-S/全2巻/販売価格17,600円(税込)