

# 関連・関係・連動を目指す



鷲野 監督シリーズ  
第3弾!

## “あわせ”バスケットボール

### チームファンダメンタル PART2

DVD 商品番号 **725-S** ■指導・解説：鷲野 鋭久（藤浪中学校女子バスケットボール部監督、JBA U-15 女子トップエンデバーコーチ）  
■実技協力：藤浪中学校女子バスケットボール部

【全2枚セット】 価格：16,800 円（税込み） ※各枚 8,400 円（税込み） / 送料 1 回につき 525 円

## 人と“あわせる”感覚・感性を身につけよう！ ボールも人も常に動くバスケットを目指す！！

今回の DVD は「判断力と目的意識をもったチームファンダメンタル」でご紹介した「あわせ」を、更に実践的な動きを意識、加味して開発されたドリルを集約したものです。ポイントは“あわせ”という感覚を身につける…ということ。ジュニア期で大切な「人」とあわせるということ、そして「プレイ」としてのあわせを指導して、選手自身を成長させていきます。もう一つは「三人目の動き」の重要性です。ボールオフサイドの人の動きを重点的にドリル化しています。選手個々はもちろん、チーム全体としてもコミュニケーション力を高め、一歩上質のバスケットボールを追求してチームの完成度を高めていきましょう！



商品番号  
725-1  
(64分)

### “あわせ”ドリルのバリエーション

この巻では「人とあわせる」ということの重要性を身につけさせるためのドリルを紹介。図形のスペースを使って段階的に指導していきます。様々なスペースで“あわせ”を実践的に展開します。

- イントロダクション
- スポットトライアングルパス
- 2人シェーピング
  - ①基本→8種類ボールミート
    - ・前回り
    - ・後ろ回り
    - ・後ろ止まり・前回り
    - ・後ろ止まり・後ろ回り
    - ・片足インフロント
    - ・片足バックフロント
    - ・ステップバック
    - ・バックドア
  - ②総合練習
- 3人シェーピング
  - ①基本→あわせのねらい目
  - ②総合練習
- ヘキサゴン(六角形)
  - ①インフロント→フラッシュ→バックドア
  - ②総合練習
- トライアングル(三角形)
  - ①パスのみ(2対1)
    - ・ボールマンDef
    - ・ボールオフマンDef
  - ②ドリブルあり(2対1)
    - ・ボールマンDef
    - ・ボールオフマンDef
  - ③パスのみ(2対2)
  - ④ドリブルあり(2対2)
- スクエア(四角形)
  - ①パスラン→インフロント→リバース
  - ②パスラン→アウェイ→リバース
  - ③インフロント→アウェイ(ブラインド)
  - ④総合練習
- ペンタゴン(五角形)
  - ①パスラン→インフロント→リバース
  - ②パスラン→アウェイ→リバース
  - ③インフロント→アウェイ(シザーズ)
  - ④総合練習



商品番号  
725-2  
(85分)

### 3人目の動きを意識したシュートドリルバリエーション

この巻ではディフェンスの守りづらいところ（視野のなくなる後ろ～裏）を突く感覚を身につけさせるドリルをふんだんに紹介。ボールオフサイド側の3人目の動きがより重要になります。

- イントロダクション
- 2人組連続ドリル
  - ①フラッシュ→バックドア
  - ②インフロント→逆サイドハイポスト
  - ③インフロント→バックドア
- 3人組連続ドリル
  - ◇トップ→Fポジション→パス
    - ①フラッシュ→バックドア
    - ②インフロント→逆サイドハイポスト
    - ③バックドア→2人目バックドア
    - ④インフロントドライブ→スウィング→バックドア
    - ⑤ウィークドライブ→シザーズ
- 4人組連続ドリル
  - ◇トップ→Fポジション→パス
    - ①フラッシュ→バックドア→2人目バックドア
    - ②インフロント→逆サイドハイポスト→2人目バックドア
    - ③スウィング→フラッシュ→バックドア
  - ◇ダブルエンター
    - ①ダブルスクリーン
    - ②ダブルスクリーン2人目
    - ③ダブルスクリーンインフロント
- 5人組基本ドリル
  - ◇トップ→Fポジション→パス
    - ①フラッシュ→バックドア→2人目バックドア
    - ②インフロント→逆サイドハイポスト→2人目バックドア
    - ③スウィング→フラッシュ→バックドア
    - ④ウィークドライブ→あわせ
    - ⑤ストロングドライブ→あわせ
  - ◇ダブルエンター
    - ①ドリブルスクリーン1人目or2人目



//// 鷲野監督DVDシリーズラインアップ ////



指導・解説 **鷲野 鋭久**  
(藤浪中学校女子バスケットボール部監督、  
JBA U-15 女子トップエンデバーコーチ)

No.725  
商品の  
詳細は  
裏面へ

725-S  
全2枚  
16,800円

関連・関係・連動を目指す  
“あわせ” バスケットボール

725-1  
(64分)

[第1巻] “あわせ”ドリルのバリエーション

725-2  
(85分)

[第2巻] 3人目の動きを意識したシュートドリルバリエーション

681-S  
全4枚  
33,600円

“判断力”と“目的意識”をもった  
チームファンダメンタル

681-1  
(43分)

[第1巻] コンセプト&デイリーファンダメンタルドリル

681-2  
(92分)

[第2巻] マンツーマンディフェンス

681-3  
(50分)

[第3巻] ゾーンプレスディフェンス&プレスダウン

681-4  
(39分)

[第4巻] ゾーンオフェンス&速攻

いずれも1枚からお求めいただけます。各巻共通で、各枚 8,400円 [税込・送料別]

444-S  
全5枚  
42,000円

“判断力”育成のための  
ファンダメンタルドリル

444-1  
(57分)

[第1巻] ウォーミングアップドリル&ディフェンスファンダメンタル

444-2  
(69分)

[第2巻] オフェンスファンダメンタル シュート

444-3  
(61分)

[第3巻] オフェンスファンダメンタル ドリブル&パス

444-4  
(56分)

[第4巻] オフェンスファンダメンタル ジョイント

444-5  
(65分)

[第5巻] オフェンスファンダメンタル 総合練習&速攻

お待たせしました!

鷲野先生の上記DVD3作品に対応した書籍! [書籍商品番号: BFD-S]



# ジュニアから始める判断力育成のための バスケットボール ファンダメンタルドリル

— B5判 / 128ページ / 価格 2,100円 (税込・送料別) —

監修: 鷲野 鋭久 (愛知県津島市立藤浪中学校女子バスケットボール部監督、  
JBA U-15 女子トップエンデバーコーチ)

## タイアップ企画 書籍紹介!

DVDでは紹介し切れなかった部分も含めてドリルや動きをわかりやすく紹介するタイアップ企画の書籍です。併せてご覧いただくことで理解がより深まり、さらに指導の幅が広がることでしょう。

### ■01 考え方

- ・ クリエイティブな選手の育成
- ・ バスケットボールの考え方
- ・ ジュニア年代における重点技術12

### ■02 オフェンスファンダメンタル

- ・ オフェンスの考え方
- ・ パワースタンス
- ・ ボールハンドリング①②
- ・ ボールコントロール
- ・ ドリブルハンドリング
- ・ 対面ドリブル
- ・ サークルドリブル
- ・ ドリブルドリフトドリル
- ・ トライアングルパス
- ・ ジョイント ボールミートカット
- ・ クロスフィギュア
- ・ シェーピング①②
- ・ スクエア①②
- ・ ペンタゴン
- ・ ヘキサゴン

### ■03 マンツーマンディフェンス

- ・ ディフェンスの考え方
- ・ ゾーンディフェンス
- ・ ボールマンディフェンス
- ・ ノンボールマンに対するディフェンス
- ・ 2対2、3対3でのディフェンス①②③
- ・ スクリーンプレーへの対処
- ・ ボールマンディフェンス 練習
- ・ オールコート2対2 練習①②③
- ・ オールコート3対3 練習①②③④⑤
- ・ ハーフコート  
ボールサイド2対2連続ドリル①②③④
- ・ ハーフコート 3対3①②

### ■04 ゾーン・オフェンス

- ・ オーバーロード(2-1-2)
- ・ シール(1-3-1)・ラウンド
- ・ ラウンド
- ・ 2-2-1 プレスダウン①②③
- ・ 2-2-2 プレスダウン

### ■05 ゾーンプレス

- ・ 1線の動き(分解練習)
- ・ 2線・3線の動き(分解練習)

### ■06 速攻

- ・ 考え方
- ・ つなぎ カット
- ・ インフロントカットシュート イイトラン
- ・ パターン練習
- ・ 状況別パターン練習

お申込み方法: ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはホームページにてお申し込みください。送料は1回につき525円になります。

ネット注文なら、更にポイントがついてお得です!  
WEB 検索は「ジャパンライム」と入力ください

<http://www.japanlaim.co.jp/>

新規会員登録で 1,000 ポイントをプレゼント!  
すぐに使えるポイントで、お得に手軽にショッピング

映像コンテンツサービス(DVD・動画配信)の企画・制作・販売 【お問い合わせはお気軽に!】〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14本郷竹下ビル4F

JL ジャパンライム(株)

TEL 03(5840)9980

FAX 03(3818)6656