

# 網野 友雄

## BASKETBALL CONCEPT

指導・解説

網野 友雄

(白鷗大学男子バスケットボール部 HC)

実技協力

白鷗大学  
男子バスケットボール部

商品詳細は  
こちら



コートに出た選手には  
1点でも得点して  
ベンチに戻ってほしい

商品番号 1150-S

DVD2枚組 ¥17,600(税込)

送料(税込)

800円(東京)~1,100円(沖縄)

送料について▶



代引/カード払い

公費対応ご相談ください

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4-2-8

FAX.03(3818)6656



ジャパンライムDVD通販サイト

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

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!

# コートに出た選手には、 1点でも得点して ベンチに戻ってほしい、 試合を終えてほしい。

これは白鷗大・網野友雄HCの思いです。

「得点することが選手にとって一番の喜びになる」という考えのもと、コート上にいる5人すべてに得点チャンスのある「ファストブレイク」をチームコンセプトにしています。

ディフェンスでは、オフェンス移行時にアウトナンバーや「ズレ」をつくりやすくすることを意識し、ボール奪取を目指します。

## 1150-1

Disc1 [82min]

### ルールと役割を明確にしたディフェンス

本作ではまずディフェンスから紹介。

網野HCは、チームルールと選手それぞれの役割を明確にすることを大切にしています。

ただゲームでは動きも激しくなり人も入り乱れるため、ルールや役割を守ることは簡単ではありません。

本作ではそこを踏まえながら、ボール奪取を目指すディフェンスシステムとドリルを紹介。

その中で「役割」または「役割の移行」そして「リスクヘッジ」をポイントにコーチングが繰り返されています。

ここで大切になるのがコミュニケーション。

全体を通してコミュニケーションの量と質を高めるためのコーチングを確認することができます。



■イントロダクション(ディフェンスコンセプト)

■ピボットへの対応(1on1で抜かれる状況の理解)

■フルコート1on1ディフェンスzig-zag(足づくり/ノーファウルの意識)

■ヘルプからクロスアウト(役割の移行/移行を明確にするコミュニケーション)

■シェルディフェンスのポジショニング(役割)とリスクヘッジ

■スイッチを意識したミスマッチ1on1

■オンボールスクリーンディフェンス(ボールヘブレッシャーのかけ方/オフボールの役割)

■ハンドオフディフェンス

■オンボールシチュエーションのシェルディフェンス

## 1150-2

Disc2 [70min]

### トランジション／アウトナンバーの攻防

オフェンスではまずトランジション。

切り替えの速さを大切にし、2メンから人数を増やしながらかつ多彩なバリエーションを紹介します。

合わせ、スペースング、といったポイントを解説し、選手が状況に合ったパターンを自ら引き出せるようになることを目指します。

アウトナンバーのドリルでは「2on1をつくり、いかにシンプルに得点するか」にフォーカス。

また、ファストブレイクだけで全得点はできないので、「ファストブレイクでつくったズレをいかに継続してセカンダリーにつなげていくか」。ここまで意識した構成になっています。



■イントロダクション

■4-0シューティングドリル(スペースの確保)

■2メントランジション

■3メントランジション コーナーショット

■5メントランジション

■アウトナンバーの攻防

■マウンテンドリル(連続的なアウトナンバーの攻防)

■アウトナンバーの攻防 5on4から5on5のラインドリル

積極的なディフェンス

ファストブレイクは  
を引き出す