

NBA SKILL DEVELOPMENT PLAYBOOK

👁️ NBA スキル デベロップメント プレーブック

■本シリーズについて

本書は、米国で発行された“NBA Skill Development Playbook”シリーズの翻訳版です。カテゴリーごとにまとめたドリル集であり、日々の練習やゲームのアイデアに役立つドリルが多数紹介されています。そのまま使っても有効ですが、チーム事情に合わせてアレンジして使うと、より用途が広がるでしょう。

NBAで採用されている、スキル向上のためのドリルです。NBAのトッププレーヤーもこのような単純なドリルを繰り返し行うことで、ゲームでの大きな力となっているわけです。簡単だからこそ重要な要素が詰まっています。一つ一つ丁寧にプレーしてみてください。

NBAスキルデベロップメント プレーブック

2016年8月26日発行
定価3,000円+税

発行
ジャパンタイム株式会社
〒113-0033
東京都文京区本郷5-25-14本郷竹下ビル
TEL 03-5840-9980
FAX 03-3818-6656

発行人
秀島卓也

編集人
宮村 淳

監訳
倉石 平

協力
早稲田大学スポーツ科学学術院
スポーツ戦略研究室

翻訳
(株)ラスターテック

表紙デザイン
(株)ニコデザインオフィス

デザイン・DTP作成
(有)あほうせん

(c) ジャパンタイム(株)2016
本誌掲載の記事・写真の無断複写・複製・転載を禁じます。

NBA Skill Development Drills are Scott Peterman's
Products.
Copyright (C) Scott Peterman all rights reserved.

目次

NBA シューティングドリル	3
NBA オフェンスドリルとヒント	17
NBA トランジションピックアンドロール	23
NBA ポストスキル向上ドリル	27
NBA ガードスキル向上ドリル	37
NBA フルコートディフェンスドリル	41
NBA マンツーマンディフェンスの原則	50
NBA 4オン4 シェルドリル	59
NBA で使われたベストセットプレー	64