ビデオ指導分析レポート

分析対象者	中 2 男子
分析対象者競技歴	1 年 3 か月
分析項目	セットシュートについて（右利き）
分析年月日	2009 年 7 月 11 日
分析責任者	

[分析]

(1) ボールの持ち方	右手の親指の位置をもう少し・・・・ また、人差し指の方向は・・・・ 左手の位置をもう少し手前（身体側）にして、ボールの真横から支えた方が良いです。なぜなら・・・・
(2) ボールを構える位置	横から見て、背骨と頭、そしてボールが・・・
(3) 膝の曲げ方	シュートの距離が遠くなると、右の膝の曲げ方が・・・・ 足のつま先のゴールに対しての方向は・・・・・
(4) フォロースルー	リリースしたあと、人差し指と中指は・・・・ 手首の使い方は・・・・
(5) キャッチ	キャッチしてからのボールの動かし方がちょっと・・・・なので、リリースまでに時間が少し長くなっています。 その対策として、・・・・・を・・・のようにすると良いでしょう。
(6) シュートの軌道	ミスショットのときに、ボールが右側に曲がる傾向があります。これを矯正するために、身体の向きを・・・のようにすると良いでしょう。 またシュートのループが若干低いので、もう少しだけ頂点を高くする方が良いと思います。
(7) その他	ゴールに向かって左の角度からのシュートの確率が落ちます。 こちらのサイドにいるときのレシーブの際のステップをもう少し・・・・して身体の向きを・・・・にすると良いでしょう。

＊これはサンプルなので、「…」となっている部分もありますが、実際にお送りするシートにはすべて記入し分析してあります。

The School of Basketball