

	Pass	Dribble	Shoot	Footwork	BodyControl	1on1	OFFRebounding	DEFRebounding	Def.Fundamental	OnBallScreenOFF	OnBallScreenDEF	Team Offense	Team Defense	Transition Def	Transition Off						
易	パス理論	ドリブルをつくタイミングと地面をけるタイミングを同じにする	ける瞬間に強くつく脚力を発揮しやすくなる	レイアップシュート	チェア・ノーボール・ノーバスケット・パス・ケツ	Cross over step	vsPressure Ball Keep	エリア1	リングへ向かう	マッチアップマンを探す(視野・感覚) ボールをタッチしない	Defense stance	ボールマンアタック 優先	スクリーナーに入れる事はセカンドオプション	ボールマン	方向付け	オフェンスとディフェンスの違いの理解	Give & go out defense	Sprint Back	Speed 1on1		
	キャッチ・ストップ	ドリブルをつくタイミングと地面をけるタイミングを同じにする	手にある時に戻せることができる	Over hand lay up		On side step	バランス	vsPressure Rip,Swipe,wipe	エリア1	ボールへの執着	コンタクトしにくいこと 場所の確保	Side movement (step-step)	ステップアップ	スネークモーション	フロアとプレイヤーの意識	フルコートディフェンス	Pick Up Line	Speed 1on1 Follow			
	Chest & bounds pass - 2hands	コーチへ・チームメイトへ	Advanced dribble	チョビードリブル	Under hand lay up		Jump stop	直線スピードチェンジ	Drizzle Pre-Motion Skill	エリア1	ペイントへ入ること	場所の確保:リングから外へリバウンドエリアを広げる	Release footwork	ステップアップしない	クロスオーバーアタック	スイッチ	スポットの理解	ガードとしてのディフェンス	オールラウンド	Sprint Back	優位性の理解
	1 hand snap pass		Speed dribble & speed change		Reverse lay up		Quick stop		Open Stance→Advance Drizzle	エリア1⇒ドリブルアタック	スミ・コンタクトをかわす	ボールへの執着	1on1DEF		クロススプリット(オーバーパス テップアップ)	スクリーナー	ハードショー	スペーシング	マッチアップの理解	Pick Up Line	レーン取り
	Long pass off dribble - 2hands		Attack step move		Power lay up		Stride stop	フロント・サイドランジ	Open Stance→Advance Drizzle→Cross	エリア1⇒ドリブルアタック逆	ボールサイドとヘルプサイドの理解(落ちる場所)	ペイントへ入ること	Positioning 1on1 (on ball)	弱いステップアップ	スケートステップ	アンダー	Relocation:ドライブ後に戻る動き	Positioning (deny , help , deny)	Bump	Outnumber OF	
	2 hands over head pass		Cross over dribble		Step through move		ランジスキル		Jab Step	エリア1⇒ジャブアタック	取った後の判断(ブツバック)	ヒットファースト	Block Shoot	強いステップアップ	エキストラクロスオーバー	スイッチ	リロケート:	Simple help rotation	OutNumberDef	2on1	
	Baseball pass		Speed cross over dribble	ブッシュクロス	1step lay up		スプリットスタンス	方向変換スピードチェンジ	キャッチ&ドライブ	エリア1⇒キャッチ&アタック	Rebound - 2 handsCatch	パンプの方法を知る 横向き、正対	Close out (foot & hand work)	パーフェクト	エキストラクロス/スプリット	ヘルプ	ダイバーへのパンプ	フィル:空いた場所を埋める	Weak side cut defense	NormalNumberDef	3on2
	Ball protection movement	複数	Power dribble		Hook shot - 1 leg		Pivoting	ジャブステップ	ムービングからドライブ	エリア1⇒キャッチ&アタック	Rebound - 1 handCatch	コンタクト→フロントターン 技術	オフボールスタンス/ハンドワーク	ユーザーディフェンスのミス	クイックリジェクト	ローテーション	3人	リプレイス:元の位置に戻る	ヘルプサイドディフェンス	2対1	Motion Automatic
	ボールミート	避えに行つて受ける	Spin move		Power hook shot		Changing of direction	ドライブコンタクト	Roll to Over DF	エリア2⇒ドリブル中	ストロングサイドとウィークサイド	動く相手へのコンタクト ストップスルーリバウンド	Deny defense	ユーザーディフェンスのオーバーファイト	クロス&リジェクト	4人	2men spacing (penetration)	ヘルプウィークサイドディフェンス	3対2	Transition Spacing:5out,4out	
	ターゲットハンド		Between the legs dribble move		Floater		V-Cut		ヘジテーション	エリア2⇒ドリブル中	フリースローリバウンド	Box out on ball / Rebound - 2 handsCatch	アーリーヘルプフットワーク	コンティン	5人	3men spacing (penetration)	ドライブへのディフェンス	ローテーション	4対3	Transition PnR	
Over head snap pass		Behind the back dribble		Euro		Back door cut		ステップバック	エリア2⇒ドリブル中	アングル理解(ボールサイド・ヘルプサイド:落ちる場所)	Box out off ball / Rebound - 2 handsCatch	ポストディナイフワーク	ビッグマン対応	インサイドアウト(重心崩し)	アイスディフェンス	2men spacing (screening and cutting)	オフボールスクリーンディフェンス	ローテーション	スクランブルトランジションディフェンス	トランジションを扱うこと:ジャバンスクワイ	
Long pass off dribble - 1hand		トリブルスレット	保持の方法	JumpPenetration		Weak side cut		ギャロップ	エリア2⇒ドリブル中	チップリバウンド・外へはじく	Box out on ball / Rebound - 1 handCatch	Post defense (fronting, 3/4 deny)	2対1のスペース	ストレッチ	ボールマン	3men spacing (screening and cutting)	オンボールスクリーンディフェンス	ローテーション	ローテーション	入れられても走る	
Touch pass		Extrem cross over dribble		Layup	コンタクト・フィンガー・ロール・リバース	Give & go out		パワーショット	エリア3⇒フィニッシュ	バスケットへのチップ	Box out off ball / Rebound - 1 handCatch	ジャンプツーザボールコンタクト	ユーザーディフェンスを背負って判断	ピンドリブル	スクリーナー	ドライブ含むセインサイド1人	チームポストディフェンス	ローテーション	NormalNumberDef		
Drive & kick	サイドハンド・ストップ・ディッシュ・バウンス・ロブ・オーバーヘッド	Float & attack	レイアップ	ストップ&ターン・ストップスルー・ステップ・ダブルクラッチ		Tripple threat	フロントターンからステップ	エリア3⇒フィニッシュ	連続ジャンプ	フリースローリバウンド技術	フロッグシュート/コンタクト		スネークドリブル	ドライブ含むセインサイド2人	トラップ	Transition Deny					
Drive & kick	フックパス・対角へのパス	Drag dribble	ショット	メカニクス 踵位・立位・地面から・リングへ		L-Cut	コンタクト	エリア3⇒フィニッシュ	アウトサイドエリアへのリバウンド	アングル理解	ポストディナイフワーク 後にもとまらないコンタクトし続ける /足を止めない	ディナイ(アイス)		トランジションオフェンスを常に狙う	ラン&ジャンプ	Trailer DF stant					
Drive & kick advanced	エキストラパス・逆サイドへのパス	Space maker dribble	Set shot			Wing drop step		Low Post Move	Drop/Turn/Ub&Under/Middle/Spin	トランジションリバウンドに飛び込む	チップリバウンド 味方・外へはじく	ポストディフェンス/ハズワーク	準備	スペースアウトブリアレーション	入れられても走る	ゾーンプレス	セーフティ				
トラップからのパス	ピポットサイドハンドパス	PnR user skill	Catch & shoot			Flair cut				FT 戦略	連続ジャンプ	ペイントコンタクト→フットワーク	逆	リジェクト	Transition Spacing:5out,4out	ゾーンディフェンス	インサイドディフェンス戦略				
捕まる前のパス		ドライブでのドリブル	コンタクトを伴う	Curl & shoot		Jump penetration				セーフティ・ロングリバウンド	CircleBoxout		ミドルへ	スネーク	Cutting	Back door help defense					
捕まってからのパス		状況判断を伴うドリブル		Jump shot (simple catch)		Sealing				何人入るべきかの戦略:行くか行かないかの判断	2on2Boxout		スペースメイク	ストレッチ	オフボールスクリーン	Pick defense Team					
その場でのパス		フルコート1対1		Jump shot (dribble)		Wheel step					3on3Boxout				Off ball screen 2on2 (down, cross, back screen & moves of screener)	Off ball screen defense (follow, slide through)					
動きながら一人へ		フルコート2ボール		Turn & shoot		Post up					4on4Boxout				Hand off	Back screen defense (bump & recover)					
動きながら2人以上で		トラップへのドリブル		Flair & shoot		スミム(上から下)					RotationReb (ゾーンリバウンド含む)				Pick & Dive	Cross Screen Def					
アウトナンバー状況		プレッシャーからの回避		Fade away jump shot		リップムーブ(下から上)					SlideBoxout				Pick & pop	Flare Screen Def					
Wing delivery		ダブルチーム		ステップバック							FT Boxout				Pick & slip	High Low Def					
オフボールスクリーンへのパス	複数	弱い足を攻める		クイックショット							Transition Boxout				Pick vsHardShow,Slide,Switch,Blitz	OBブレイディフェンス					
2対1でのパス		相手の距離、スタンスから読みながらのドリブル		Screen Shooting	カール・ポップ・フレア										Pick Spacing(Helpside)Lift	時間と得点の理解					
オンボールスクリーンでのパス	複数	状況	その場・歩きながら・ジグザグに動きながら・走りながら	ハイオフザガラス							FT戦略				Flash cut	Zone DF					
ダブルチームからのパス	ペリメーター・ペイント	負荷	1ボール・2ボール	ジャンプタイミング							ベースラインに追い込む				モーションコンセプト	ファウルゲーム					
PnR User Pass	パスの種類7つUSA			ショットタイミング	1-2、両足、1-2-3						上の肩を押さえて下へ追い込む				優位性を生かすセット	レイトゲームディフェンス					
				リリースタイミング	クイック・頂点・レイト						最初はフェイス				FT状況	レイトショットクックディフェンス					
											上側を捉える				プレスオフェンス	スカウティングに応じたディフェンス					
				シューターマインド							ポジションはボールからなくなる				OBブレイ						
				グッドショットの理解	オフェンスの流れ・補入のか・誰が当たっているか・ディフェンスの顔・時間と得点						横向きが強い				様々なスタイルのプレーを実行する能力						
				フリースロー	プレッシャー状況						おしりで押すのは厳しい				相手の傾向に応じて実行する能力						
											ぶつかるときにミドルにいさせない			タイミング	JumpBall						
											アウトサイドには1回屈す方向付けしてコンタクト			ショットクロックの有効活用	時間と得点の概念						
											アウトサイド・インサイド/ボールマンかオフボールマンか			ミスマッチ攻撃	チームリバウンド						
											タイムアウト後の特別なセット				トラップへの対応						
											オフェンスがうまくいかなかった時の特別な攻撃				ゲームテンポ						

難