

世界最高峰のリーグで活躍する選手になる!

バスケットボール スキルアップテスト



トッププレイヤーを目指してバスケットボールのスキルをマスターしよう!



ボール回し
エイトサークル
雪だるま
バックストローク
クロスランジレッグスルー
など全28スキル

**BALL
HANDLING**



パス
バックターン→サイドハンドパス
バックターン→ビハインドザバックパス
バックターン→ネックパス
スポットパス
など全8スキル

PASS



けんぱーシュート
レイアップシュート
リーチバックシュート
クロスオーバーシュート
フローターシュート
など全45スキル

SHOOT



すべりだいキャッチ
どかんだリブル
ボールいれかえ
ターンダッシュ
てのひらテーブル
など全10スキル

**BALL
GAME**



基本姿勢
フィギュア8
レッグスルー
バックチェンジ
ギャロップステップ
など全37スキル

DRIBBLE



バスケットボールスキルアップテストとは?

バスケットボールの実技テスト

バスケットボールの個人スキルを認定する実技テストです。バスケットボールの基本動作であるボールゲーム、ボールハンドリング、パス、ドリブル、シュートの様々なスキルを実際にプレイしてその出来栄を測定・評価します。

スキルアップ表で段階的に

テスト項目であるスキルはボールゲーム全10スキル、ボールハンドリング全28スキル、パス全8スキル、ドリブル全37スキル、シュート全45スキルを、1級から15級までのスキルアップ表で定義しています。

bjアカデミーやプロチームのスクールでも採用

bjアカデミーやBリーグに参戦するプロチームのスクールにおいて、段階的にスキルの到達度を確認するために、バスケットボールスキルアップテストを採用し、その効果が実証されています。

個人スキルの向上に、チーム力の向上に

オフィシャルテキストブックを活用して15級から段階的に練習することで自ずと個人スキルを身に付けることができます。また、チームメイトと一緒に楽しくチャレンジすることでチーム力の向上にもつながります。



実施要項

- | | |
|-------|--|
| テスト形式 | 級ごとに設定されたスキル項目を実際にプレイしていただき、その出来栄を評価する実技テストです。 |
| 受験資格 | バスケットボールのチームやクラブなどの団体に所属する方を対象として、団体単位で受験いただけます。 |
| 受験料 | 1,500円+税 |
| 開催日 | 受験団体にて任意の日時を設定いただけます。 |
| 開催場所 | 受験団体にてテストが開催可能な施設を準備していただきます。テスト当日は、団体にてテスト官を配置の上、テストを開催していただきます。マニュアルに従ってテストを進行し、テストの採点を行っていただきます。 |
| テスト結果 | 受験団体には「認定結果一覧」を送付します。合格された方には「合格証」とあわせて「記念品」を贈呈するとともに「バスケットボールスキルアップテスト」のウェブサイトに「氏名(またはニックネーム)」を掲載いたします。 |