

JBA D級公認コーチ養成講習会 カリキュラム

(一社)宮城県バスケットボール協会指導者養成委員会

| | 形 式 | 科目 No. | 内 容 | 時間数 |
|------|-------|--------|-------------------------------------|-----|
| | 講義・演習 | | ゴール設定 1日目30分+2日目30分 | 1 |
| | 講義・演習 | | 振り返り 1日目30分+2日目30分 | 1 |
| 第1日目 | 講義・演習 | 1 | スポーツ・インテグリティについて | 0.5 |
| | 講義・演習 | 2 | グッドコーチの要素とJBAが求めるコーチ像 | 0.5 |
| | 講義・演習 | 3 | プレイヤーを中心にした指導 | 1.5 |
| | 実技・演習 | 4 | バスケットボールにつながるウォームアップ | 1.5 |
| | 実技・演習 | 5 | 得点する技術①(キャッチ&ショット、オフドリブルショット) | 1.5 |
| 第2日目 | 実技・演習 | 6 | 得点する技術②(キックアウト、インサイドへのパス) | 1.5 |
| | 実技・演習 | 7 | 得点する技術③(ショットセレクション、スペースメイク、ボールレシーブ) | 1.5 |
| | 実技・演習 | 8 | リバウンド | 1.5 |
| | 実技・演習 | 9 | 1on1 with ball | 1.5 |

* 科目No. 4, 5 は、E1級コーチは免除

13.5