

C級コーチ養成講習会スケジュール



| | 1日目 | 2日目 | 3日目 |
|-------|---|---|----------------------------------|
| 9:00 | 講義・演習 はじめに (スポーツ・インテグリティについて) (グッドコーチの言葉とJBAが求めるコーチ像) ゴール設定 | 講義・演習 1日目の振り返り、2日目ゴール設定 | 講義・演習 2日目の振り返り、3日目ゴール設定 |
| 10:00 | 講義・演習 振り返りと観察 | 実技・演習 コンディショニング (フィジカル・メンタル) | 実技・演習 ハーフコートの2対2 |
| 11:00 | | 実技・演習 スペーシングの基本 (合わせ) (シンプルなプログラム) | 実技・演習 ハーフコートの3対3 |
| 12:00 | 休憩 | | |
| 13:00 | 講義・演習 伝え方と質問の仕方 | 休憩 | 休憩 |
| 14:00 | 講義・演習 GROWモデルを用いた コーチング実践 | 実技・演習 トランジションオフェンス | 実技・演習 ディナイが強いチームに対する オフェンス |
| 15:00 | | 実技・演習 チームディフェンスの基本 | 講義・演習 エンディング |
| 16:00 | 講義・演習 1日の振り返り | 講義・演習 1日の振り返り | |
| 17:00 | | | |

29

C級コーチ養成講習会カリキュラム



| 区分 | カリキュラム内容 | 時間数 (時間) |
|-------|----------------------------|----------|
| 講義・演習 | ゴール設定 一日目30分+二日目30分+三日目30分 | 1.5 |
| 講義・演習 | 振り返り 一日目30分+二日目30分 | 1.0 |
| 講義・演習 | スポーツ・インテグリティについて | 0.5 |
| 講義・演習 | コーチの役割とJBAが求めるコーチ像 | 0.5 |
| 講義・演習 | 振り返りと観察 | 1.5 |
| 講義・演習 | 伝え方と質問の仕方 | 1.5 |
| 講義・演習 | GROWモデルを用いたコーチング | 1.5 |
| 実技・演習 | コンディショニング (フィジカル・メンタル) | 1.5 |
| 実技・演習 | スペーシングの基本 (合わせ) | 1.5 |
| 実技・演習 | トランジションオフェンス | 1.5 |
| 実技・演習 | チームディフェンスの基本 | 1.5 |
| 実技・演習 | ハーフコートの2対2 | 1.5 |
| 実技・演習 | ハーフコートの3対3 | 1.5 |
| 実技・演習 | ディナイが強いチームに対するオフェンス | 1.5 |
| 講義・演習 | エンディング | 1.5 |
| | 合計 | 20.0 |

30