

JBA 公認 D 級コーチ養成講習会 日程

岩手県バスケットボール協会
指導者養成委員会

一日目

受付 09:00~09:30 (場所: 水龍館)

09:30	開講式・講義・演習 はじめに (スポーツインテグリティについて) (グットコーチの求める要素と JBA が求めるコーチ像)
11:00	講師 抱石鉄也
11:00	講義・演習 (プレーヤーを中心とした指導) (コーチング実践の計画について)
12:30	講師 抱石鉄也

休憩

14:00	実技・演習 (E 級、E-1 級 18 名) バスケットボールにつながる ウォームアップ (水沢高校女子バスケットボール部)
15:00	講師 抱石鉄也
15:00	実技・演習 (E 級、E-1 級 18 名) 得点する技術① キャッチ&ショット ドリブルからのショット (水沢高等学校女子バスケットボール部)
16:30	講師 青木裕信
16:30	講義・演習 1 日の振り返り
17:00	講師 抱石鉄也

二日目

受付 08:30~09:00 (場所: 第一体育館)

09:00	講義・演習 1 日目の振り返り、ゴール設定
09:20	講師 抱石鉄也
09:20	実技・演習 得点する技術② キックアウト インサイドへのパス (コーチング実践の説明とモデル提示)
12:00	講師 青木裕信

休憩

13:00	受講生によるコーチング実践準備
13:15	受講生によるコーチング実践 得点する技術③ ショットセレクション スペースを作り出す方法 ボールレシーブ リバウンド 1対1 10分で指導 5分で振り返り
16:15	講師 抱石鉄也・青木裕信・榊文香
16:15	講義・演習・閉講式 1 日の振り返り
16:30	講師 抱石鉄也

コーチング実践について

岩手県バスケットボール協会指導者養成委員会では、コーチ同士が共に学び合うというスタンスを大事にしています。そのため、2日目の実技・演習では、講師が教本の内容を説明・実演するのではなく、受講生がマイクロコーチングを通じて教本の内容を共に学ぶという演習形式を取っております。

コーチング実践について

- ・受講生をいくつかのグループに分けて、その中でコーチ役、選手役を順番に行い、教本の内容を学びつつ、コーチングについても学んでいきます。
- ・全員が一度、コーチ役を担当します。
- ・コーチング実践の時間は10分です。その後、5分の振り返りをグループで行います。
- ・テーマは以下の通りで、個人の経験や知識によるコーチングではなく、教本の内容に添ってコーチングしてもらいます。

テーマ	ショットセレクション
	スペースを作り出す方法
	ボールレシーブ
	リバウンド
	1対1

- ・担当するテーマ、グループ、順番は2日目の午前中最後に配布します。
全てのテーマについて事前に学ぶことが求められます。
- ・ファシリテーターは、コーチ役が教本の内容をもとにコーチングしているか、1日目に学んだコーチングスキルを実践しているかを審査します。