

平成30年度 JBA公認コーチ養成講習会カリキュラム級別対照表

(一社)岡山県バスケットボール協会 指導者育成委員会

区分	カリキュラム内容	時間数			D級	E-1級	E-2級
		集合	その他	計			
基礎理論	①コーチの役割と責任	2h	—	2h	★	★	★
	②育成年代のコーチング&特に注意したいこと	2h	—	2h	★	★	★
	③バスケットボールの特性&基本姿勢	2h	—	2h	★	★	★
	④練習計画の立案(トレーニング計画を含む)	—	2h	2h	★		
	⑤外傷予防と応急処置	—	2h	2h	★		
	⑥バスケットボールの技術変遷史&ルールの理解	—	2h	2h	★		
	⑦戦術の考え方	—	2h	2h	★		
	⑧バスケットボールに必要なトレーニングとその原理	—	2h	2h	★		
	計	6h	10h	16h			
実技	①フットワーク&ハンドワーク	1h	—	1h	★	★	
	②ボールハンドリング&ドリブル	1h	—	1h	★	★	
	③パスとキャッチ&ルーズボールとリバウンド	2h	—	2h	★	★	
	④基本的なシュート&ワンハンドショット	2h	—	2h	★	★	
	⑤遊びやミニゲームを使った指導	2h	—	2h	★	★	
	計	8h	—	8h			
指導実習	①ボールコントロール指導の方向性	2h	—	2h	★		
	②シュート指導の方向性	2h	—	2h	★		
	③1対1のオフense(パスを受けるための動き)	2h	—	2h	★		
	④1対1のオフense(パスを受けてからの動き)	2h	—	2h	★		
	⑤1対1のオフense(インサイドでの動き)	2h	—	2h	★		
	⑥マンツーマンディフェンスの基本	2h	—	2h	★		
	⑦マンツーマンディフェンスの連携	2h	—	2h	★		
	⑧トランジションオフense	2h	—	2h	★		
	計	16h	—	16h			
	総計	30h	10h	40h	40h	14h	6h