

## 2023年度 JBA公認コーチ C級 養成講習会 日程表

一般社団法人 東京都バスケットボール協会

	1 日目	2 日目	3 日目
開催日	9月17日 (日)	9月18日 (月祝)	9月24日 (日)
会場	学校法人文化学園 J館 (体育館・多目的室)		
住所・会場最寄駅	東京都渋谷区代々木3-22-1 <a href="https://www.bunka.ac.jp/access/">https://www.bunka.ac.jp/access/</a> JR新宿駅徒歩8分		
8:30	受付開始	受付開始	受付開始
9:00	講義・演習 9:00-10:30 はじめに (スポーツ・インテグリティについて) (コーチの役割とJBAが求めるコーチ像) ゴール設定	講義・演習 9:00-9:30 1日目の振り返り、2日目ゴール設定	講義・演習 9:00-9:30 2日目の振り返り、3日目ゴール設定
10:00	講義・演習 10:30-12:00 振り返りと観察	実技・演習 9:30-11:00 コンディショニング (フィジカル・メンタル)	実技・演習 9:30-11:00 ハーフコートの2対2
11:00		実技・演習 11:00-12:30 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 11:00-12:30 ハーフコートの3対3
12:00	12:00-13:00 休憩	12:30-13:30 休憩	12:30-13:30 休憩
13:00	実技・演習 13:00-14:30 伝え方と質問の仕方	実技・演習 13:30-15:00 トランジションオフェンス	実技・演習 13:30-15:00 ディナイが強いチームに対する オフェンス
14:00	講義・演習 14:30-16:00 GROWモデルを用いたコーチング	実技・演習 15:00-16:30 チームディフェンスの基本	実技・演習 15:00-16:30 エンディング
16:00	講義・演習 16:00-16:30 1日の振り返り	講義・演習 16:30-17:00 1日の振り返り	事務連絡・終了予定 16:45
17:00	事務連絡・終了予定 16:45	事務連絡・終了予定 17:15	

※時間は変更になる場合がありますのでご了承ください。