

平成30年度(2018年度)JBA公認コーチ養成講習会カリキュラム

D級コーチ (講習時間:40時間)

区分	カリキュラムの内容	時間数			備考
		集合	その他	計	
基礎理論	① コーチの役割と責任	2h	0h	6h	1日目 (D、E-1、 E-2共通)
	② 育成年代のコーチング&特に注意したいこと	2h			
	③ バasketボールの特性&基本姿勢	2h			
	④ 練習計画の立案(トレーニング計画を含む)	0h	2h	10h	レポート
	⑤ 外傷予防と応急処置		2h		
	⑥ Basketballの技術変遷史&ルールの理解		2h		
	⑦ 戦術の考え方		2h		
	⑧ Basketballに必要なトレーニングとその原理		2h		
計	6h	10h	16h		
実技	① フットワーク&ハンドワーク	1h	0h	8h	2日目 (D、E-1 共通)
	② ボールハンドリング&ドリブル	1h			
	③ パスとキャッチ&ルーズボールとリバウンド	2h			
	④ 基本的なシュート&ワンハンドショット	2h			
	⑤ 遊びやミニゲームを使った指導	2h			
	計	8h	0h	8h	
指導実習	① ボールコントロール指導の方向性	2h	0h	8h	3日目
	② シュート指導の方向性	2h			
	③ 1対1のオフェンス(パスを受けるための動き)	2h			
	④ 1対1のオフェンス(パスを受けてからの動き)	2h			
	⑤ 1対1のオフェンス(インサイドでの動き)	2h	0h	8h	4日目
	⑥ マンツーマンディフェンスの基本	2h			
	⑦ マンツーマンディフェンスの連携	2h			
	⑧ トランジションオフェンス	2h			
計	16h	0h	16h		
		30h	10h	40h	

E-1級コーチ (講習時間:14時間、資格は永年有効)

区分	カリキュラムの内容	時間数			備考
		集合	その他	計	
基礎理論	① コーチの役割と責任	2h	0h	6h	1日目
	② 育成年代のコーチング&特に注意したいこと	2h			
	③ Basketballの特性&基本姿勢	2h			
	計	6h	0h	6h	
実技	① フットワーク&ハンドワーク	1h	0h	8h	2日目
	② ボールハンドリング&ドリブル	1h			
	③ パスとキャッチ&ルーズボールとリバウンド	2h			
	④ 基本的なシュート&ワンハンドショット	2h			
	⑤ 遊びやミニゲームを使った指導	2h			
	計	8h	0h	8h	
		14h	0h	14h	

E-2級コーチ (講習時間:6時間、資格は永年有効)

区分	カリキュラムの内容	時間数			備考
		集合	その他	計	
基礎理論	① コーチの役割と責任	2h	0h	6h	1日のみ (座学)
	② 育成年代のコーチング&特に注意したいこと	2h			
	③ Basketballの特性&基本姿勢	2h			
	計	6h	0h	6h	

(別表)

## 平成30年度(2018年度)JBA公認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			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	2 h	-	2 h	●	●	●
	② 育成年代のコーチング & 特に注意したいこと	2 h	-	2 h	●	●	●
	③ バスケットボールの特性 & 基本姿勢	2 h	-	2 h	●	●	●
	④ 練習計画の立案(トレーニング計画を含む)	-	2 h	2 h	●		
	⑤ 外傷予防と応急処置	-	2 h	2 h	●		
	⑥ バスケットボールの技術変遷史 & ルールの理解	-	2 h	2 h	●		
	⑦ 戦術の考え方	-	2 h	2 h	●		
	⑧ バスケットボールに必要なトレーニングとその原理	-	2 h	2 h	●		
	計	6 h	10 h	16 h			
実技	① フットワーク & ハンドワーク	1 h	-	1 h	●	●	
	② ボールハンドリング & ドリブル	1 h	-	1 h	●	●	
	③ パスとキャッチ & ルーズボールとリバウンド	2 h	-	2 h	●	●	
	④ 基本的なシュート & ワンハンドショット	2 h	-	2 h	●	●	
	⑤ 遊びやミニゲームを使った指導	2 h	-	2 h	●	●	
		計	8 h	-	8 h		
指導実習	① ボールコントロール指導の方向性	2 h	-	2 h	●		
	② シュート指導の方向性	2 h	-	2 h	●		
	③ 1対1のオフェンス(パスを受けるための動き)	2 h	-	2 h	●		
	④ 1対1のオフェンス(パスを受けてからの動き)	2 h	-	2 h	●		
	⑤ 1対1のオフェンス(インサイドでの動き)	2 h	-	2 h	●		
	⑥ マンツーマンディフェンスの基本	2 h	-	2 h	●		
	⑦ マンツーマンディフェンスの連携	2 h	-	2 h	●		
	⑧ トランジションオフェンス	2 h	-	2 h	●		
	計	16 h	-	16 h			
	総計	30 h	10 h	40 h	40h	14h	6h