

**<JBA 公認 B 級コーチ養成講習会 カリキュラム一覧>**

区分	カリキュラム内容	時間数		
		集合講習	自宅学習	合計
講義・演習	オリエンテーション（クライメイトセッティング、ゴール設定）	1.50h		1.50 h
講義・演習	振り返りとゴール設定	5.00 h		5.00 h
講義・演習	一日の振り返り	1.80 h		1.80 h
講義・演習	スポーツパフォーマンス向上の取り組み	1.25 h	1.00 h	2.25 h
講義・演習	レフェリーとのコミュニケーション	1.50 h	1.00 h	2.50 h
講義・演習	自己成長計画の作成	1.25 h	10.00 h	11.25 h
講義・演習	コーチングフィロソフィー	1.00 h	1.00 h	2.00 h
講義・演習	インテグリティの向上	1.25 h	1.00 h	2.25 h
講義・演習	課題の共有	1.25 h	1.00 h	2.25 h
講義・演習	安全管理	1.25 h		1.25 h
講義・演習	コーチング・スタイルとコーチングアプローチ	1.25 h		1.25 h
講義・演習	練習計画（コーチングセッション）の作成	1.25 h		1.25 h
講義・演習	コーチングプロセス（セッションの指揮と評価）	1.25 h		1.25 h
講義・演習	長期競技者育成計画	1.25 h		1.25 h
講義・演習	スキル獲得の原理	1.25 h		1.25 h
技術・戦術	シュートの指導		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	パス・ドリブルのファンダメンタル		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	1on1①（エリア 1-2）		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	1on1②（エリア 2-3）		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	オンボールディフェンス		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	オフボールディフェンス		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	トランジション		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	リバウンド		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	スペーシング		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	ピック&ロール ユーザースキル		1.50 h	1.50 h
技術・戦術	ジュニア期における戦術的指導法		1.50 h	1.50 h
指導実践	コーチング実践	9.50h		9.50h
合計		32.80 h	31.50 h	64.30 h

※内容、時間数は若干変更される場合があります。