

# 令和8年度JBA公認C級コーチ養成講習会

大阪府立いちりつ高等学校

DAY1 (6月27日)	
9:00	受付
9:30	1-1[ 講義・演習] (1.5時間) はじめに インテグリティについて グッドコーチの要素 JBAが求めるコーチ像 ゴール設定
11:00	1-2[講義・演習] (1.5時間) 振り返りと観察
12:30	昼休憩
13:30	1-3[講義・演習] (1.5時間) 伝え方と質問の仕方
15:00	1-4[講義・演習] (1.5時間) GROWモデルを用いたコーチング実践
16:30	[講義・演習] (0.5時間) 振り返り
17:00	

DAY2(6月28日)	
8:30	受付
9:00	[講義・演習] (0.5時間) ゴール設定
9:30	2-1[講義・演習] (1.5時間) コンディショニング (フィジカル・メンタル)
11:00	2-2[実技・演習] (1.5時間) スペーシングの基本(合わせ) (シンプルなプログラム)
12:30	昼休憩
13:30	2-3[実技・演習] (1.5時間) トランジションオフENS
15:00	2-4[実技・演習] (1.5時間) チームディフェンスの基本
16:30	[講義・演習] (0.5時間) 振り返り
17:00	

DAY3(7月4日)	
8:30	受付
9:00	[講義・演習] (0.5時間) ゴール設定
9:30	3-1[実技・演習] (1.5時間) ハーフコートの2対2
11:00	3-2[実技・演習] (1.5時間) ハーフコートの3対3
12:30	昼休憩
13:30	3-3[実技・演習] (1.5時間) ディナイが強いチームに対するオフENS
15:00	3-4[実技・演習] (1.5時間) エンディング
16:30	