

目的：スクリーンプレー（オンボールピック）のディフェンス方法と実践。

チームルールを設定し、数種類の方法で守りきる。

日時：平成 28 年 7 月 10 日（日）9:00～12:00（受付：8:30～）

会場：ひたちなか市市毛 844-1 日立ハイテクノロジーズ 体育館

定員：100 名

講師：日立ハイテクノロジーズ女子バスケットボール部 スタッフ 3 名

藪内 夏美(HC)・石川 幸子(AC)・平 華子(AC 兼 MS)

内容：スクリーンに対するディフェンス練習と指導ポイントの実践

自己紹介	講師挨拶と紹介
ウォーミングアップ	怪我予防プログラム等
ディフェンスフットワーク	スライド、クロス、ランの区別と練習方法
1対1ディフェンス	基本となるインラインディフェンスと距離（0、1、2） 休憩
ピックスクリーン対応①	BLUE=fight over
ピックスクリーン対応②	CHASE=背中追っかけ
ピックスクリーン対応③	RED=ショウハード
ピックスクリーン対応④	UNDER=ディレクション
ピックスクリーン対応⑤	BLACK=W チーム
ピックスクリーン対応⑥	SW=ソフト or ハード
実践ドリル	4対4でのドリル
実践練習	4対4で各チーム「サイン」を決めて使ってみる 休憩後 質疑応答 終了

対象者：公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者（バスケットボール競技）

及び公益財団法人日本バスケットボール協会公認コーチ

※この研修会は、JBA 公認 A・B・C 級コーチの方には、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者（バスケットボール）の資格更新のための義務研修となります。JBA 公認 D 級の方には、リフレッシュ研修として 2 ポイントの実績になります。

参加申込方法：前日までに TeamJBA から研修会申込で申し込みをしてください。定員になり次第、締め切らせていただきます。なお、資格を失効している方は TeamJBA での申込みが困難なので、その方に限り当日受け付けます。

参加費：1,000 円（当日受付にて徴収します。）

※受付は 8 時 30 分からです。必ずコーチ登録証を持参して下さい。

駐車場は、今泉家具前の空いている照沼第一・第二駐車場をご利用くださいますよう、よろしく願いいたします。

【お問い合わせ：茨城県バスケットボール協会指導者育成委員会 E-mail:ibskjbacoach@gmail.com】