

平成30年度熊本県ミニバスケットボール連盟指導者講習会及び技術講習会 開催要項

【主催】熊本県ミニバスケットボール連盟

【趣旨】県内選手（5年生児童）の健全な成長と技術向上、及び指導者の資質向上を目指すもの。

【期日】平成30年12月1日（土）・2日（日）

【講師】二ノ宮徹氏（元日本ミニバスケットボール連盟普及技術委員会・技術担当）

【参加費】無料

【会場】熊本市立龍田西小学校（第1日目及び第2日目の2日間共、同一会場）

【日程】1日（土）・受付 9：40～9：55 ・開講式 10：00～10：10

2日（日）・受付 8：30～8：45 ・開講式 8：50～9：00

〈座学講習〉

1. 小・中学生のスポーツ栄養ガイド（DVD鑑賞）
2. ボディ・コントロール〈コーディネーション・体幹トレーニング、重心移動〉
3. ボール・コントロール〈神経系：ボールハンドリングとステップワークとの融合〉
4. セルフ・コントロール〈一所懸命に諦めない強い心・思いやりの心・考える力〉

〈実技講習〉

1. コーディネーション・トレーニング（7つの能力向上&ジャンプ&予測）
 2. オフェンススキル1（個人）
 - ・ドライブキル・レブミットキル・シュートキル〈調整力〉・重心移動（ピポット&フットワーク）キル
 - ・トリプルレブド・ドライブの際の貰い足キル・止まり足キル
 - ・ドライブ（リアップ、ストップジャッジ、ステップイ、ホップソグ）ショット〈応用：ギャロップ〉
 - ・4ポジションからのドライブ・ポストプレー・1ON1（間合いとの関係）
 3. オフェンススキル2（複数）
 - ・4つのオフェンス・スキル（B・S・C・B・D・C・B・B・F・C・P&Rの判断力UP）
 - ・2on1（オフェンス優位のアウト・ナンバープレー状況を作り出す考え方）
 - ・2on2、3on3（パスの活用及びボール保持者とボール非保持者との動き方）
 4. ディフェンススキル
 - ・マンツーマン（ダイナミ、ヘルプ、リカバリー）〈反応と予測力UP〉
 - ・シェル・ディフェンス（4on4）・アイソレーションへの対応等
 5. 総合練習〈ゲーム形式によるクリニック〉
 6. 質疑応答
- ※ 内容が変更になる可能性があります、ご了承ください。

・12：00頃からお昼休憩がありますので、御弁当をご用意ください。

・1日は終了が17：00、2日は終了が15：00の予定です。

【その他】

○ 支部ごとに日にちを分けています。

1日…

熊本市	八代	上益城	阿蘇	荒尾	水俣	芦北
-----	----	-----	----	----	----	----

2日…

熊本市	天草	宇城	菊池	人吉球磨	玉名	山鹿
-----	----	----	----	------	----	----

※ 参加を希望する指導者・選手は、各支部の支部理事まで連絡をお願いします。

（参加を希望する選手は、各チームから3名までとします。）

（参加者が少ない場合は熊本市から補充します。）

○ チームから数名で参加される場合は、出来るだけ乗り合わせをお願いします。

○ ご不明な点、ご質問等あれば、以下の連絡先までお尋ねください。

県ミニ連 指導者育成委員長 志摩 美樹 アドレス isshinclub@gmail.com