

平成30年度

第6回 U12部会 技術伝達講習会 及びJBA公認コーチリフレッシュ研修会実施要項

9月30日台風のため日程変更

今日の（財）日本バスケットボール協会の制度改革に伴う過渡期の中で、本県U12部会が先取りしDC活動の一環として下記の要領で実施するものとする。

記

1. 目的 (1) 県内選手（U12）の健全な成長と技術・資質向上を目指す。
(2) 優秀な選手を発掘・育成し九州、全国への参加選手をより多く選出し、県バスケットボール競技における各カテゴリーの競技力向上に資する。
(3) 県北・県中央・県南と各ブロックとの連携を図り、より多くの前途有望な優秀選手の発掘に努める。
(4) 九州DC 技術伝達講習会の報告及び伝達をする。
2. 主催 一般社団法人宮崎県バスケットボール協会
3. 主幹 宮崎県ミニバスケットボール連盟 U12部会
一般社団法人宮崎県バスケットボール協会指導者育成委員会
4. 期日 平成30年 10月 27日（土）
5. 会場 宮崎市立 大久保小学校体育館

宮崎県宮崎市清武町今泉甲5645番地1

TEL 0985-85-1100

男子・午前

女子・午後

・体育館入り口付近の駐車は役員とします。その他の駐車は係りの指示をお願いします。

6. 関係役員

【宮崎県ユース育成部U-12 代表】 総括 堀内 幸
【宮崎県ユース育成部U-12 コーチ】 男子担当 是枝隆志
女子担当 酒井朋弘
U-12男女チームスタッフ（当日紹介）

7. 参加資格 U12 DC事業に参加している選手

・今回は、伝達講習会で指導者の方も参加をお願いします。

8. 参加費 伝達講習会 一人 1,000円
リフレッシュ研修会 一人 1,000円
※リフレッシュ研修として参加される方は、計2,000円の費用がかかります。
すでにポイントを保持している方は、受講の必要はありません。

9. 日程

男女別時間になります

	男子日程	女子日程
受付	8時30分～ 8時50分	12時30分～12時50分
説明会	8時50分～ 9時	12時50分～13時
伝達講習会	9時05分～11時40分	13時05分～15時40分
質疑応答	11時45分～	15時45分～
閉会	12時～	16時～

10. 講習会内容

別紙

【その他】

熱中症等に注意してください。各自飲み物・タオル・氷等を持参してください。

各自ボールをお願いします、ピブスもお願いします。

◎ リフレッシュ研修会受講の方はレポートを3枚提出してください。

提出先は、〒885-0026 都城市大王町19-1 都城市立小松原中学校 有吉剛信です。

お早めのご提出をお願いいたします。

お問い合わせ先: 宮崎県ユース育成部U-12総括

堀内 幸 E-mail basket-634@brown.plala.or.jp

(080-5207-4188)

U12部 技術伝達講習会資料

宮崎県U-12DC総括 堀内 幸

伝達講習会担当・近藤 和彦

午前日程・・・男子 午後日程・・・女子

番号	時間	項目	備考
1.	9:05 13:05	<p>スポーツパフォーマンス (下肢基本運動パターン)</p> <p>※ ヒンジ (股関節) ・スクワット (トリプル) ・SKB (足関節) ※ 胸椎と股関節を動きやすくし腰部を動きにくくする。(犬or尻尾) ※ デッドリフト・エアプレーン・片足バランス ※ 体幹は動かさないうで鍛える</p>	
2.	9:35 13:35	<p>ステップ練習</p> <p>スキップ・ハイスキップ・ロングスキップ マーチorマーチスキップ サイドクロスステップ</p>	水分休憩
3.	10:10 14:10	<p>ドリブル (アドバンスドリブル) (パウンドドリブル)</p> <p>※ 8カウントドリブル (180リズム) ※ プルバックポケットドリブル ※ ノタツクスアツノ (Uカワント) S S C連動 (持つに瞬間に足を広げず) ※ フロートドリブル</p>	水分休憩
4.	11:00 15:00	<p>オンボードスクリーン (4アウト) オンボードスクリーンを利用した攻め方の総合練習一例</p>	
5.	11:30 15:30	マンツーマン講習	
6.	12:00 16:00	質疑応答・閉会	

平成30年度 第7回 U12部会 技術講習会実施要項

今日の（財）日本バスケットボール協会の制度改革に伴う過渡期の中で、本県U12部会が先取りしDC活動の一環として下記の要領で実施するものとする。

記

1. 目的 (1) 県内選手（U12）の健全な成長と技術・資質向上を目指す。
(2) 優秀な選手を発掘・育成し九州、全国への参加選手をより多く選出し、県バスケットボール競技における各カテゴリーの競技力向上に資する。
(3) 県北・県中央・県南と各ブロックとの連携を図り、より多くの前途有望な優秀選手の発掘に努める。
(4) U15・U14・U12部会DCにおいて県外から優秀な指導者を招聘するものです。
2. 主催 一般社団法人宮崎県バスケットボール協会
3. 主幹 宮崎県ミニバスケットボール連盟 U12部会
一般社団法人宮崎県バスケットボール協会指導者育成委員会
4. 期日 平成30年 11月 3日（土）
5. 会場 宮崎市立 加納中学校体育館

宮崎県宮崎市清武町加納乙1040番地

TEL 0985-84-2121

・体育館入り口付近の駐車は役員とします。 その他の駐車は係りの指示をお願いします。

6. 関係役員

【宮崎県ユース育成部U-12 代表】 総括 堀内 幸
【宮崎県ユース育成部U-12 コーチ】 男子担当 是枝隆志
女子担当 酒井朋弘
U-12男女チームスタッフ（当日紹介）

7. 参加資格 U12 DC事業に参加している選手

8. 参加費 一人 1,000円

9. 日程

受付 16時～16時30分
クリニック 16時30分～17時50分
閉講式 17時50分～18時

10. 講師紹介 鈴木良和 氏（日本代表サポートコーチ）
JBA公認A級コーチ
JBA U12・U13ナショナルキャンプ ヘッドコーチ
バスケットボールの家庭教師ERUTLUC 代表

【その他】

熱中症等に注意してください。各自飲み物・タオル・氷等を持参してください。
各自ボールをお願いします、ビブスもお願いします。

お問い合わせ先: 宮崎県ユース育成部U-12総括
堀内 幸 E-mail basket-634@brown.plala.or.jp
(080-5207-4188)