

令和 8 年度後期

子供・バスケットボール教室 参加者用カリキュラム

- 【曜 日】 金曜日
- 【時 間】 19:00～21:00
- 【場 所】 大浜小学校 体育館
- 【対象者】 小学 4 ～ 6 年生
- 【定 員】 3 0 人
- 【持 物】 バスケットボール(5号)、室内シューズ（バスケットボールシューズ）、タオル、水分
- 【服 装】 運動のできる服装
- 【連絡先】 NP0法人へきなん総合型スポーツクラブ
- TEL 0 5 6 6－4 2－4 2 3 3
- 【その他】 受講者には、7回以上の出席で修了証書が発行されます

目 標	基本的技術を学び、ゲームを楽しむことで、終了後も続けることができるようにする
-----	--

期 日	内 容	期 日	内 容
第 1 回 10月2日	○開講式、諸連絡 ○ルール説明、模擬ゲーム観戦&実践 ○シュート、パス、キャッチの紹介、実践 ○ドリブルの紹介、実践 ○ドリブルシュート	第 6 回 11月27日	○ 3 人でシュート ①オールコートでパス、シュート ③オールコートでパス、 ドリブル、シュート ③往復でパス、ドリブル、シュート ○フェイントの紹介、実践
第 2 回 10月23日	○シュートの実践 ○パス、キャッチ、ドリブルの実践 ○ 1 対 1 でのドリブルシュート	第 7 回 12月4日	○守りをいれて 3 人でシュート ○フェイントの紹介、実践
第 3 回 11月6日	○シュートの実践 ○パス、キャッチ、ドリブルの紹介、実践 ○ 1 対 1 で鬼ごっこからの ドリブルシュート	第 8 回 12月11日	○ 1 対 1 ○ 3 対 3
第 4 回 11月13日	○ 2 人でシュート (第 5 回はまもりを入れる) ①ハーフコートでパス、シュート	第 9 回 1月8日	○守ってみよう ① 1 対 1 で抜かれない ②パスを入れさせない ③シュートを打たせない
第 5 回 11月20日	②オールコートでパス、シュート ③オールコートでパス、シュート 1 対 1、3 対 3	第 1 0 回 1月22日	○みんなで守ってみよう ※ 2 対 2、3 対 3、5 対 5