

子供・バスケットボール教室 参加者用カリキュラム

12月5日・12日 体育館の利用が出来ないため、中止とします。日程については下記の通りです。変更が続き、大変ご迷惑をお掛け致します。ご理解・ご協力の程、よろしくお願い致します。

期 日	内 容	期 日	内 容
第 3 回 11月7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 7 回 1月23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 4 回 11月14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 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 8 回 1月30日	○1対1 ○3対3
第 5 回 12月19日		第 9 回 2月6日	○守ってみよう ①1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 6 回 1月9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 10 回 2月13日	○みんなで守ってみよう ※2対2、3対3、5対5