

レッスン6は、Lesson 19の模範クラスです。

レッスン7 クラスアウトライン
(Class Outline=クラスの流れの意)

①クラスの前日

教えるクラスのオンライン動画を見ます。

(最低でも4～5回見ることをお薦めします)

②クラス当日

自分のGCCマニュアルを用意します。

定刻になったら生徒に整列してもらいます。

③ クラス開始



10～15分の間、復習を行い、
参加します。

体験レッスンの人がいれば、
10ミニッツイントロを行います。

出席カードを受け取ります。

カードをもらいながら、初めての人や
まだ覚えていない人が居れば、
名前を呼び記憶します。

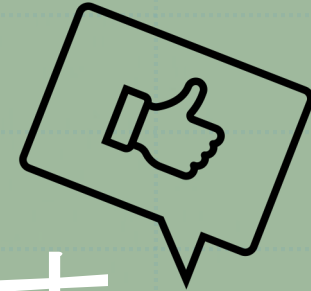


④スタンディングテクニック開始

SPFを用いて、マニュアルに沿って指導します。

このレッスンが初めての方がいるか、居れば1歩前へ出してもらいます。

⑤ペアリング



練習パートナーを選びます。

インストラクターがペアを作ってもいいし、生徒同士でペアになってもらっても大丈夫です。

生徒同士組んだペアで、

やりずらそうパートナーであれば、

インストラクターは、途中でペアを変
えることができます。



例えば、
120kgの男性と40kgの女性...

練習ができないわけではないけど、

その2人にとって良い**経験**
になりにくくなります。

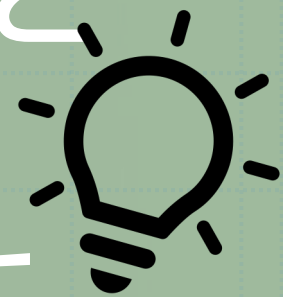
なぜなら、このペアは



男性の場合、力を抑えて練習をすることを考える

女性の場合は、できないこと、相手の練習になっていないことに意識が向く

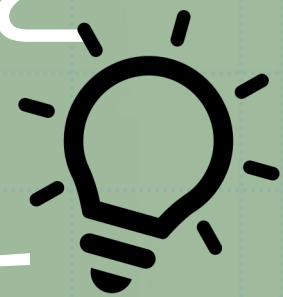
技の詳細や習得に意識できること



で、自分のための練習になります。

良いパートナーがいらない場合はインストラクターやアシスタントがベストパートナーになります。

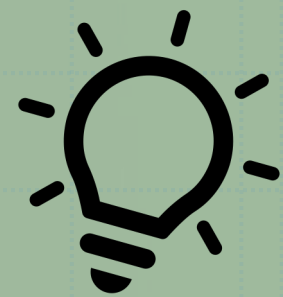
技の詳細や習得に意識できること



で、自分のための練習になります。

良いパートナーがいらない場合はインストラクターやアシスタントがベストパートナーになります。

練習パートナーは、



生徒の素晴らしいクラスか
価値が感じられないクラスになるかの

大きな要素になります。