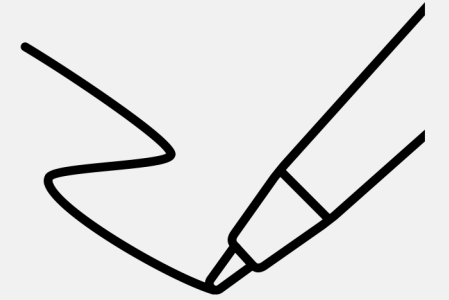


## B、 *Detail Demo* ディテールデモ

### i、 Shading シェ-ディング

(陰影、色が変わっていく状態のこと)



たとえば、白いペンキで壁を塗るときに、  
1回目薄く塗って、しっかり乾くのを待っ  
て2回目、乾いたら3回目を塗る。

## C. 'Bad Guy' Demo



パートナー同士がお互いを助けるための確認の行動をステップバイステップで伝えます。

GGがクリンチに入る時は、グリーンゾーンが保てて顔を守っているか確認しましょう  
クリンチでは、モンキーグリップになっているか、  
Cグリップだったら外してみましょう。

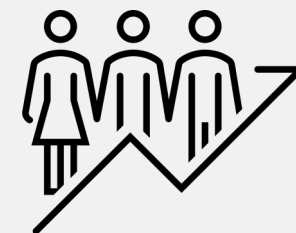
## D. 'Solo' Demo



分かりにくいテクニックや、見にくいテクニックをひとりでやって見せると、ポイントが分かりやすくなります。

ソロデモは全てのスライスでやる必要はありませんが、やると詳細が伝わりやすくなります。

例：Elbow Escapeや、ガードからのTake the Back



## E. 'Bonus' Demo



言い忘れたポイントを話すことができます。  
また全体の反応を見て、生徒が分かりにくいと  
感じていそうなところを伝えます。

例えば、スタンディングのギロチンでディフェンスで、  
頭が捕まった方と反対側に行くことの理由を言い忘れた。  
→理由は、同じ方向にいくとさらに絞められるから

# 3. Drill Orders (ドリルオーダー)

どこから始めるのか、何回するのか、いつ交代するかこれらを明確に伝えるためです。

これは良いクラスにとって、とても大切な情報です。  
この情報がなければ、生徒はなかなか始めることが出来ず、迷ったり、交代することを忘れ、困惑します。

アクション (やること) をリードしてもらおうと、生徒は動きやすくなります。



# 3. Drill Orders (ドリルオーダー)

ドリルオーダーの例：

立技から始まって、グリーンゾーンからスタートします。

3歩下がって、クリンチに入りましょう。

クリンチのコントロールは5秒キープ、

1回やって、交代しましょう。

各LessonのスライスにDOが書いてあります★

