

公益財団法人 日本水泳連盟

コーチ規定

2022 年 7 月 1 日

競技力向上コーチ委員会

公益財団法人 日本水泳連盟

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定

[総 則]

第 1 条（目 的）

日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界トップレベルの技量・人格の持ち主であることが求められる。本規定はかかる指導者が輩出することを期するとともに水泳指導者の社会的地位の向上を図ることを目的とする。

第 2 条（公認水泳コーチの種類）

（公財）日本水泳連盟（以下、本連盟）が公認する水泳コーチは、各競技種目（競泳・飛込・水球・アーティスティックスイミング・オープンウォータースイミング）とも、コーチ 3 およびコーチ 4 の二種類とする。

1. コーチ 3

科学的・合理的な水泳指導理論を身につけており、競技者の発掘・育成・指導に当たることができる能力を備えたものであることを本連盟が公認したコーチをいう。またジュニア遠征派遣コーチは、この資格が必要となる。

2. コーチ 4

豊かな実戦経験あるいは優秀競技者・チーム等の育成実績をもち、かつ高度な専門知識・技量・指導力を有し日本を代表する競技者の育成・指導の経験を有するとともに、人格・識見とも優れた日本を代表するコーチとして本連盟が公認したコーチをいう。

またジュニア遠征派遣ヘッドコーチおよびナショナルチーム遠征派遣コーチは、この資格が必要となる。

第 3 条（コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定）

4 月 1 日現在満 20 歳以上で、（公財）日本スポーツ協会が行う共通科目講習会、本連盟が行う専門科目講習会を受講し、検定試験およびレポート審査に合格した場合にコーチ 3 の資格を取得することができる。

専門科目講習の免除および免除適応校については、別に定めるものとする。

第 4 条（コーチ 4 受講資格および資格取得と免除規定）

4 月 1 日現在満 22 歳以上で、コーチ 3 資格を有するものが、各競技種目ごとに定め

た基準を充たす競技者・チーム等を育成し、本連盟が行う資格審査会に合格後、(公財)日本スポーツ協会が行う受講者審査および共通科目講習会、本連盟が行う専門科目講習会を受講し検定試験およびレポート審査に合格した場合にコーチ4へ昇格することができる。ただし、4年以内に講習会を受講しないものは受講資格を取り消すものとする。

専門科目講習の免除については、別に定めるものとする。

第5条（研修の義務）

1. 本連盟に登録しているコーチ3・4は、毎年本連盟が主催する研修会に出席しなければならない。

2. 4月1日現在満65歳に達したコーチ3・4は、研修の義務を免除することができる。(要申請)

ただし、コーチ3登録後、5年未満のものは除く。

3. コーチ3・4資格を有するものが、研修会および養成講習会の講師を務めた場合、その年のコーチ3・4の研修義務を免除する。

第6条（登録）

1. コーチ3・4として資格を認められたものは、本連盟に登録することができる。

2. 複数の資格を有するものは、その複数の資格を登録しなければならない。

3. 登録は、すべて所属する(公財)日本スポーツ協会を通して行わなければならない。

4. 登録・再登録については別に定める。

5. 登録情報に変更（改姓、転居、メールアドレスの変更等）が生じた場合は、速やかに（公財）日本スポーツ協会の指導者マイページの情報を変更しなければならない。

第7条（登録の更新）

登録年より4年毎に登録の更新をしなければならない。

第8条（資格の取り消し）

1. 本連盟公認コーチとしての名誉を傷つける行為があった場合。

2. 登録更新の手続きをしなかった場合。

3. 毎年行う研修会への出席を怠った場合。

第9条（細則・附則）

この規定実施のための細則は別に定める。

第10条（施行）

この規定は1979年4月1日から施行する。

この規定は1983年4月1日に改正する。

この規定は1984年5月24日に改正する。

この規定は1986年2月16日に改正する。

この規定は1988年4月1日に改正する。

この規定は1989年4月1日に改正する。

この規定は1991年4月1日に改正する。

この規定は1992年4月1日に改正する。

この規定は2000年2月25日に改正する。

この規定は2005年4月1日に改正する。

この規定は2009年4月1日に改正する。

この規定は2010年4月1日に改正する。

この規定は2011年4月1日に改正する。

この規定は2012年4月1日に改正する。

この規定は2013年4月1日に改正する。

この規定は2014年4月1日に改正する。

この規定は2016年4月1日に改正する。

この規定は2017年4月1日に改正する。

この規定は2018年4月1日に改正する。

この規定は2019年4月1日に改正する。

この規定は2021年10月1日に改正する。

この規定は2022年7月1日に改正する。

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定実施細則

I. 競泳コーチ 3 規定実施細則

1. 規定 第 3 条（コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定）

（1）受講資格

4 月 1 日現在 20 歳以上で『基礎水泳指導員』資格を有するもの。

または、水泳指導に関する基礎的な知識・技能を有し、100m 個人メドレーの基準（男子 1 分 40 秒 0、女子 1 分 50 秒 0）となる泳力を本連盟に認められた者。

（2）専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技概説	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	2.00 h	0.66 h	8.00 h
		トレーニング科学(バイオメカニクス・水泳の力学)◆	2.00 h	0.67 h	
		トレーニング科学(バイオメカニクス・各種目の力学)	2.00 h	0.67 h	
	③	心理学(水泳の心理学)◆	2.00 h	1.00 h	6.00 h
		心理学(メンタルトレーニング)◆	2.00 h	1.00 h	
	④	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	2.00 h	1.50 h	14.00 h
		メディカルコンディショニング(医学)◆	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(トレーナーの基礎知識)	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(各種目における障害予防と対処法)	2.00 h	1.50 h	
小 計		20.00 h	12.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	トレーニング法Ⅰ(選手育成に必要なトレーニング法の基礎)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		トレーニング法Ⅱ(選手育成に必要なトレーニング法の応用)	2.00 h	2.00 h	
	②	コーチング法Ⅰ(重要な指導のポイント、クロール)	2.00 h	1.00 h	12.00 h
		コーチング法Ⅱ(重要な指導のポイント、平泳ぎ)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅲ(重要な指導のポイント、背泳ぎ)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅳ(重要な指導のポイント、バタフライ)	2.00 h	1.00 h	
	小 計		12.00 h	8.00 h	20.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	小 計		0.00 h	8.00 h	8.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			32.00 h	28.00 h	60.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

別紙コーチ4昇格基準同様、主要競技会決勝8位以内で基準記録を突破した競技者を育成したもの、および本連盟主催の指定した強化合宿に指導者として全日程参加したのに対し、その他のレポート20h、指導実習8hを免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

2. 規定 第4条 (コーチ4受講資格および資格取得と免除規定)

(1) 受講資格

① 4月1日現在 22歳以上で、コーチ3資格を有し資格審査会に合格しているもの。

なお、本連盟が制定した昇格認定基準は、次表の通りとする。

<競泳コーチ4昇格認定基準記録・順位>

2019年度長水路ランキング30位適用 (対象：2021年度～2024年度)

		日本水泳連盟主要競技会決勝8位以内	
		男子	女子
FR	50m	22-93	26-00
	100m	50-28	56-48
	200m	1-50-18	2-02-18
	400m	3-54-72	4-16-79
	800/1500m	15-36-96	8-51-87
BA	50m	26-17	29-58
	100m	55-80	1-02-82
	200m	2-02-02	2-15-47
BR	50m	28-20	32-72
	100m	1-01-48	1-09-98
	200m	2-12-63	2-30-31
FLY	50m	24-30	27-42
	100m	53-33	1-00-15
	200m	1-59-22	2-12-74
IM	200m	2-02-88	2-16-09
	400m	4-21-93	4-49-46

②順位と記録

主要競技会決勝 8 位以内かつ基準記録（2019 年度ランキング 30 位）を突破した競技者を育成原則として 4 年以内のものとする。

※基準記録の見直しは、4 年毎に行うものとする。

③主要競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. 日本選手権
- B. 日本選手権 25m（ジャパンオープン 25m）
- C. ジャパンオープン 50m
- D. 国民体育大会
- E. 日本学生選手権
- F. 日本高等学校選手権
- G. 全国中学校選抜大会
- H. 全国 J O C ジュニアオリンピックカップ夏季大会
- I. ④項の国際大会および選考会

④国際競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. オリンピック
- B. アジア大会
- C. 世界選手権
- D. パンパシフィック選手権
- E. ワールドユニバーシティゲームズ
- F. F I N A ワールドカップ
- G. アジア選手権
- H. プレオリンピック
- I. 上記に準ずる国際競技会

⑤前項①・②の条件を充たしたものは、本連盟制定のコーチ 3 実務報告書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付。確認後、本連盟資格審査会に提出する。

資格審査会合格者には（公財）日本スポーツ協会による受講者審査の後、コーチ 4 受講資格を与える。

（2）専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に応じた基礎理論	①	競技情報・分析(国内・国際大会の競技情報を紹介し内容を分析)	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベルの選手育成に必要な心理学)◆	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(水泳の医学・最前線)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	2.00 h	2.00 h	
		メディカルコンディショニング(アンチ・ドーピング)◆	2.00 h	2.00 h	
	④	トレーニング科学Ⅰ(最先端の専門的トレーニング、体力的課題)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		トレーニング科学Ⅱ(最先端の専門的トレーニング、技術的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
		トレーニング科学Ⅲ(最先端の専門的トレーニング、メンタル的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
②指導理論	小 計		16.00 h	16.00 h	32.00 h
	①	コーチング法Ⅴ(ナショナルコーチによる指導技術の紹介と習得)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		コーチング法Ⅵ(ナショナルコーチによるトレーニング計画立案と作成法)	2.00 h	2.00 h	
	小 計		4.00 h	4.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	小 計		0.00 h	40.00 h	40.00 h
	※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。		20.00 h	60.00 h	80.00 h

②検定試験

- 全科目を実施。
- 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- 全科目を実施。
- 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

(1) 受講資格に定める、③主要競技会 A～F の競技会決勝 3 位以内の競技者を育成したもの、および④国際競技会代表（日本開催のワールドカップ除く）となる競技者を育成したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

3. 規定 第 5 条（研修の義務）

研修会規定は下記の通りとする。

(1) 目的

公認コーチ 3・4 規定第 5 条にもとづき開催されるもので、日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界をリードする技量・人格の持ち主であることが求められる。また指導者の社会的地位の向上を図ることを目的として研修を義務づけるものである。

（２）研修企画会

研修の企画、運営のための水泳コーチ３・４研修企画会を設け、競技力向上コーチ委員長、研修に関連のある各委員会の代表で構成する。

（３）開催日程および代替について

①開催について

コーチ３研修会は年１０回以上開催する。またコーチ４研修会は年２回開催する。

②研修会の代替について

前①項にやむを得ない事情で参加できない場合は、下記の代替を認める。

A. コーチ３

原則的に代替は認めない。ただし、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

B. コーチ４

本連盟主催の主要競技会および国際競技会を観戦し、そのレポートを（原稿用紙８００字以内手書き）を指定期日までに提出した場合。ただし、２年連続でのレポートによる代替は認めない。

※主要競技会・国際競技会とは規定細則第４条（１）③④参照または、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

③研修内容および参加費

開催要項の決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

また、コーチ３・４資格保持者には別途通知する。

④その他：社会情勢により①が困難な場合には別途定める研修会を開催することができる。

（４）義務不履行について

年１回の研修会への出席を怠ったものは、資格を取り消されるものとする。ただし、欠席したもので、審査の結果やむを得ない理由であったと認められたものは、次年度の研修会に参加することとレポート提出を条件に、１年間資格の喪失を猶予する。以上の条件を充たさない場合、自動的に資格を喪失する。

４．規定 第６条（登録）

（１）第１項 コーチ３登録に必要な手続きは下記の通りとする。

①本連盟の専門科目合格者は、（公財）日本スポーツ協会の実施する共通科目修了後

に、(公財)日本スポーツ協会より送付される申請者カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(2) 第1項 コーチ4登録に必要な手続きは下記の通りとする。
前規定①、②に準ずる。

5. 規定 第7条(登録の更新)

(1) 資格は4年ごとに更新登録をしなければならない。(認定は4月1日・10月1日)

(2) 登録の更新に必要な手続きは下記の通りとする。

①(公財)日本スポーツ協会より送付される申請カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(3) 登録料等については、前規定4.に準ずる。

6. 規定 第8条(施行)

- (1) この規定は2005年4月1日から施行する。
- (2) この規定は2009年4月1日から施行する。
- (3) この規定は2010年4月1日に改正する。
- (4) この規定は2011年4月1日に改正する。
- (5) この規定は2012年4月1日に改正する。
- (6) この規定は2013年4月1日に改正する。
- (7) この規定は2014年4月1日に改正する。
- (8) この規定は2016年4月1日に改正する。
- (9) この規定は2017年4月1日に改正する。
- (10) この規定は2018年4月1日に改正する。
- (11) この規定は2019年4月1日に改正する。
- (12) この規定は2021年10月1日に改正する。
- (13) この規定は2022年7月1日に改正する。

公益財団法人 日本水泳連盟

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定実施細則

Ⅱ. 飛込コーチ 3 規定実施細則

1. 規定 第 3 条 (コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定)

(1) 受講資格

4 月 1 日現在 20 歳以上で『基礎水泳指導員』資格を有するもの。

または、水泳指導に関する基礎的な知識・技能を有し、100m 個人メドレーの基準

(男子 1 分 40 秒 0、女子 1 分 50 秒 0) となる泳力を本連盟に認められた者。

または、ニチレイ飛込検定 5 級以上の認定者であること。(申請時にニチレイ飛込検定の結果コピーを添付する)

またはニチレイ飛込検定 5 級と同等に、競技会において異群 4 種目以上の演技をしたことがあること。(リザルツを提出)

※ニチレイ飛込検定 5 級とは、1 群～4 群の半回飛びができる事に相当する。

(2) 専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に応じた基礎理論	①	競技概説	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	2.00 h	0.66 h	8.00 h
		トレーニング科学(バイオメカニクス・水泳の力学)◆	2.00 h	0.67 h	
		トレーニング科学(バイオメカニクス・各種目の力学)	2.00 h	0.67 h	
	③	心理学(水泳の心理学)◆	2.00 h	1.00 h	6.00 h
		心理学(メンタルトレーニング)◆	2.00 h	1.00 h	
	④	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	2.00 h	1.50 h	14.00 h
		メディカルコンディショニング(医学)◆	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(トレーナーの基礎知識)	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(各種目における障害予防と対処法)	2.00 h	1.50 h	
小 計		20.00 h	12.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	トレーニング法Ⅰ(選手育成に必要なトレーニング法の基礎)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		トレーニング法Ⅱ(選手育成に必要なトレーニング法の応用)	2.00 h	2.00 h	
	②	コーチング法Ⅰ(重要な指導のポイント、陸上練習)	2.00 h	1.00 h	12.00 h
		コーチング法Ⅱ(重要な指導のポイント、基本技術)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅲ(重要な指導のポイント、高等技術)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅳ(重要な指導のポイント、種目への発展)	2.00 h	1.00 h	
	小 計		12.00 h	8.00 h	20.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	小 計		0.00 h	8.00 h	8.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			32.00 h	28.00 h	60.00 h

②検定試験

- 全科目を実施。
- 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- 全科目を実施。
- 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

別紙コーチ 4 昇格基準同様、日本選手権・国際大会派遣選手選考会・翼 JAPAN ダイビングカップ決勝 8 位以内（1m は 3 位以内）で基準点を突破した競技者を育成したもの、および本連盟主催の指定した強化合宿に指導者として全日程参加したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

2. 規定 第 4 条（コーチ 4 受講資格および資格取得と免除規定）

(1) 受講資格

①4 月 1 日現在 22 歳以上で、コーチ 3 資格を有し資格審査会に合格しているもの。なお、本連盟が制定した昇格認定基準は、次表の通りとする。

<飛込コーチ 4 昇格認定基準点・順位>

2017 年～2020 年の平均点を参考とする

(2021 年度～2024 年度)

	男子			女子		
種目	1m	3m	高飛込	1m	3m	高飛込
点数	293	341	352	234	228	231

②順位と基準点数

日本選手権・国際大会派遣選手選考会・翼 JAPAN ダイビングカップ決勝 8 位以内で基準点を突破した競技者を育成。ただし 1m は 3 位以内とする。※昇格基準の見直しは、4 年毎に行うものとする。

③国際競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. オリンピック
- B. FINA 世界選手権
- C. FINA ワールドカップ
- D. FINA ワールドシリーズ
- E. ワールドユニバーシティゲームズ
- F. アジア大会
- G. アジア選手権
- H. FINA グランプリ

※なお、全て NF または JOC の派遣のみとし、所属で参加した場合は不可とする。

④前項①・②の条件を充たしたものは、本連盟制定のコーチ 3 実務報告書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付。確認後、本連盟資格審査会に提出する。

資格審査会合格者には(公財)日本スポーツ協会による受講者審査の後、コーチ 4 受講資格を与える。

(2) 専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技情報・分析(国内・国際大会の競技情報を紹介し内容を分析)	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベルの選手育成に必要な心理学)◆	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(水泳の医学・最前線)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	2.00 h	2.00 h	
		メディカルコンディショニング(アンチ・ドーピング)◆	2.00 h	2.00 h	
	④	トレーニング科学Ⅰ(最先端の専門的トレーニング、体力的課題)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		トレーニング科学Ⅱ(最先端の専門的トレーニング、技術的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
		トレーニング科学Ⅲ(最先端の専門的トレーニング、メンタル的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
小 計		16.00 h	16.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	コーチング法Ⅴ(ナショナルコーチによる指導技術の紹介と習得)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		コーチング法Ⅵ(ナショナルコーチによるトレーニング計画立案と作成法)	2.00 h	2.00 h	
	小 計		4.00 h	4.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	小 計		0.00 h	40.00 h	40.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			20.00 h	60.00 h	80.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 2 問とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

(1)受講資格に定める、②日本選手権・室内選抜飛込競技会 3 位以内（1 mは優勝）および③国際競技会代表となる競技者を育成したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

3. 規定 第 5 条 (研修の義務)

研修会規定は下記の通りとする。

(1) 目的

公認コーチ 3・4 規定第 5 条にもとづき開催されるもので、日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界をリードする技量・人格の持ち主であることが求められる。また指導者の社会的地位の向上を図ることを目的として研修を義務づけるものである。

(2) 研修企画会

研修の企画、運営のための水泳コーチ 3・4 研修企画会を設け、競技力向上コーチ委員長、研修に関連のある各委員会の代表で構成する。

(3) 開催日程および代替について

①開催について

コーチ3研修会は年10回以上開催する。またコーチ4研修会は年2回開催する。

②研修会の代替について

前①項にやむを得ない事情で参加できない場合は、下記の代替を認める。

A. コーチ3

原則的に代替は認めない。ただし、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

B. コーチ4

本連盟主催の主要競技会および国際競技会を観戦し、そのレポートを（原稿用紙800字以内手書き）を指定期日までに提出した場合。ただし、2年連続でのレポートによる代替は認めない。

※主要競技会・国際競技会とは規定細則第4条(1)③④参照または、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

③研修内容および参加費

開催要項の決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

また、コーチ3・4資格保持者には別途通知する。

④その他：社会情勢により①が困難な場合には別途定める研修会を開催することができる。

(4) 義務不履行について

年1回の研修会への出席を怠ったものは、資格を取り消されるものとする。ただし、欠席したもので、審査の結果やむを得ない理由であったと認められたものは、次年度の研修会に参加することとレポート提出を条件に、1年間資格の喪失を猶予する。以上の条件を充たさない場合、自動的に資格を喪失する。

4. 規定 第6条（登録）

(1) 第1項 コーチ3登録に必要な手続きは下記の通りとする。

①本連盟の専門科目合格者は、(公財)日本スポーツ協会の実施する共通科目修了後に、(公財)日本スポーツ協会より送付される申請者カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(2) 第1項 コーチ4登録に必要な手続きは下記の通りとする。

前規定①、②に準ずる。

5. 規定 第7条（登録の更新）

(1) 資格は4年ごとに更新登録をしなければならない。(認定は4月1日・10月1日)

(2) 登録の更新に必要な手続きは下記の通りとする。

①(公財)日本スポーツ協会より送付される申請カードに必要事項を記入の上、指定期
日内に(公財) 日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(3) 登録料等については、前規定4.に準ずる。

6. 規定 第8条(施行)

- (1) この規定は2005年4月1日から施行する。
- (2) この規定は2009年4月1日から施行する。
- (3) この規定は2010年4月1日に改正する。
- (4) この規定は2011年4月1日に改正する。
- (5) この規定は2012年4月1日に改正する。
- (6) この規定は2013年4月1日に改正する。
- (7) この規定は2014年4月1日に改正する。
- (8) この規定は2016年4月1日に改正する。
- (9) この規定は2017年4月1日に改正する。
- (10) この規定は2018年4月1日に改正する。
- (11) この規定は2019年4月1日に改正する。
- (12) この規定は2021年10月1日に改正する。
- (13) この規定は2022年7月1日に改正する。

公益財団法人 日本水泳連盟

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定実施細則

Ⅲ. 水球コーチ 3 規定実施細則

1. 規定 第 3 条（コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定）

（１）受講資格

4 月 1 日現在 20 歳以上で『基礎水泳指導員』資格を有するもの。

または、水泳指導に関する基礎的な知識・技能を有し、100m 個人メドレーの基準（男子 1 分 40 秒 0、女子 1 分 50 秒 0）となる泳力を本連盟に認められた者。

（２）専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技概説	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	2.00 h	0.66 h	8.00 h
		トレーニング科学(バイオメカニクス・水泳の力学)◆	2.00 h	0.67 h	
		トレーニング科学(バイオメカニクス・各種目の力学)	2.00 h	0.67 h	
	③	心理学(水泳の心理学)◆	2.00 h	1.00 h	6.00 h
		心理学(メンタルトレーニング)◆	2.00 h	1.00 h	
	④	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	2.00 h	1.50 h	14.00 h
		メディカルコンディショニング(医学)◆	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(トレーナーの基礎知識)	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(各種目における障害予防と対処法)	2.00 h	1.50 h	
小 計			20.00 h	12.00 h	32.00 h
②指導理論	①	トレーニング法Ⅰ(選手育成に必要なトレーニング法の基礎)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		トレーニング法Ⅱ(選手育成に必要なトレーニング法の応用)	2.00 h	2.00 h	
	②	コーチング法Ⅰ(重要な指導のポイント、基本技術)	2.00 h	1.00 h	12.00 h
		コーチング法Ⅱ(重要な指導のポイント、応用技術)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅲ(重要な指導のポイント、基礎戦術)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅳ(重要な指導のポイント、応用戦術)	2.00 h	1.00 h	
	小 計			12.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	小 計			0.00 h	8.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			32.00 h	28.00 h	60.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

別紙コーチ4昇格基準同様、主要全国競技会第8位以内のチームを育成したもの、および本連盟主催の指定した強化合宿に指導者として全日程参加したものに対し、その他のレポート20h、指導実習8hを免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

2. 規定 第4条 (コーチ4受講資格および資格取得と免除規定)

(1) 受講資格

①4月1日現在 22歳以上で、コーチ3資格を有し資格審査会に合格しているものの。

なお、本連盟が制定した昇格認定基準については、次表の通りとする。

＜水球コーチ4昇格認定基準＞

以下に定める本連盟 主催の全国大会	全国大会ベスト8及び国際大会日本代表競技者育成
----------------------	-------------------------

②全国大会とは下記に定めるものをいう。

- A. 日本選手権
- B. 国民体育大会
- C. 日本学生選手権
- D. 日本高等学校選手権
- E. 全国JOCジュニアオリンピックカップ夏季大会
- F. 全国JOCジュニアオリンピックカップ春季大会
- G. 全日本ユース選手権 (桃太郎カップ)
- H. 全日本ジュニア選手権 (かしわざき潮風カップ)

③国際競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. オリンピック
- B. アジア大会
- C. 世界選手権
- D. ワールドユニバーシティゲームズ
- E. FINAワールドカップ
- F. アジア選手権

- G. ワールドリーグ
H. 上記に準ずる国際競技会

④前項①の条件を充たしたものは、本連盟制定のコーチ 3 実務報告書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付。確認後、本連盟資格審査会に提出する。

資格審査会合格者には(公財)日本スポーツ協会による受講者審査の後、コーチ 4 受講資格を与える。

(2) 専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技情報・分析(国内・国際大会の競技情報を紹介し内容を分析)	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベルの選手育成に必要な心理学)◆	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(水泳の医学・最前線)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	2.00 h	2.00 h	
		メディカルコンディショニング(アンチ・ドーピング)◆	2.00 h	2.00 h	
	④	トレーニング科学Ⅰ(最先端の専門的トレーニング、体力的課題)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		トレーニング科学Ⅱ(最先端の専門的トレーニング、技術的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
		トレーニング科学Ⅲ(最先端の専門的トレーニング、メンタル的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
小 計		16.00 h	16.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	コーチング法Ⅴ(ナショナルコーチによる指導技術の紹介と習得)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		コーチング法Ⅵ(ナショナルコーチによるトレーニング計画立案と作成法)	2.00 h	2.00 h	
	小 計		4.00 h	4.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	小 計		0.00 h	40.00 h	40.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			20.00 h	60.00 h	80.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

(1)受講資格に定める、②主要競技会 A～H の競技会第 4 位以内のチームを育成したものの、および③国際競技会代表となる競技者を育成したのに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

3. 規定 第5条 (研修の義務)

研修会規定は下記の通りとする。

(1) 目的

公認コーチ3・4規定第5条にもとづき開催されるもので、日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界をリードする技量・人格の持ち主であることが求められる。また指導者の社会的地位の向上を図ることを目的として研修を義務づけるものである。

(2) 研修企画会

研修の企画、運営のための水泳コーチ3・4研修企画会を設け、競技力向上コーチ委員長、研修に関連のある各委員会の代表で構成する。

(3) 開催日程および代替について

①開催について

コーチ3研修会は年10回以上開催する。またコーチ4研修会は年2回開催する。

②研修会の代替について

前①項にやむを得ない事情で参加できない場合は、下記の代替を認める。

A. コーチ3

原則的に代替は認めない。ただし、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

B. コーチ4

本連盟主催の主要競技会および国際競技会を観戦し、そのレポートを(原稿用紙800字以内手書き)を指定期日までに提出した場合。ただし、2年連続でのレポートによる代替は認めない。

※主要競技会・国際競技会とは規定細則第4条(1)③④参照または、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

③研修内容および参加費

開催要項の決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

また、コーチ3・4資格保持者には別途通知する。

④その他：社会情勢により①が困難な場合には別途定める研修会を開催することがで

きる。

(4) 義務不履行について

年1回の研修会への出席を怠ったものは、資格を取り消されるものとする。ただし、欠席したもので、審査の結果やむを得ない理由であったと認められたものは、次年度の研修会に参加することとレポート提出を条件に、1年間資格の喪失を猶予する。以上の条件を充たさない場合、自動的に資格を喪失する。

4. 規定 第6条 (登録)

(1) 第1項 コーチ3登録に必要な手続きは下記の通りとする。

①本連盟の専門科目合格者は、(公財)日本スポーツ協会の実施する共通科目修了後に、(公財)日本スポーツ協会より送付される申請者カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(2) 第1項 コーチ4登録に必要な手続きは下記の通りとする。

前規定①、②に準ずる。

5. 規定 第7条 (登録の更新)

(1) 資格は4年ごとに更新登録をしなければならない。(認定は4月1日・10月1日)

(2) 登録の更新に必要な手続きは下記の通りとする。

①(公財)日本スポーツ協会より送付される申請カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(3) 登録料等については、前規定4.に準ずる。

6. 規定 第8条 (施行)

(1) この規定は2005年4月1日から施行する。

(2) この規定は2009年4月1日から施行する。

(3) この規定は2010年4月1日に改正する。

(4) この規定は2011年4月1日に改正する。

(5) この規定は2012年4月1日に改正する。

- (6) この規定は2013年4月1日に改正する。
- (7) この規定は2014年4月1日に改正する。
- (8) この規定は2016年4月1日に改正する。
- (9) この規定は2017年4月1日に改正する。
- (10) この規定は2018年4月1日に改正する。
- (11) この規定は2019年4月1日に改正する。
- (12) この規定は2021年10月1日に改正する。
- (13) この規定は2022年7月1日に改正する。

公益財団法人 日本水泳連盟

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定実施細則

IV. アーティスティックスイミングコーチ 3 規定実施細則

1. 規定 第 3 条（コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定）

（1）受講資格

4 月 1 日現在 20 歳以上で『基礎水泳指導員』資格を有するもの。

または、水泳指導に関する基礎的な知識・技能を有し、100m 個人メドレーの基準（男子 1 分 40 秒 0、女子 1 分 50 秒 0）となる泳力を本連盟に認められた者。

（2）専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技概説	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	2.00 h	0.66 h	8.00 h
		トレーニング科学(バイオメカニクス・水泳の力学)◆	2.00 h	0.67 h	
		トレーニング科学(バイオメカニクス・各種目の力学)	2.00 h	0.67 h	
	③	心理学(水泳の心理学)◆	2.00 h	1.00 h	6.00 h
		心理学(メンタルトレーニング)◆	2.00 h	1.00 h	
	④	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	2.00 h	1.50 h	14.00 h
		メディカルコンディショニング(医学)◆	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(トレーナーの基礎知識)	2.00 h	1.50 h	
		メディカルコンディショニング(各種目における障害予防と対処法)	2.00 h	1.50 h	
小 計			20.00 h	12.00 h	32.00 h
②指導理論	①	トレーニング法Ⅰ(選手育成に必要なトレーニング法の基礎)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		トレーニング法Ⅱ(選手育成に必要なトレーニング法の応用)	2.00 h	2.00 h	
	②	コーチング法Ⅰ(初級技術の指導重要ポイント)	2.00 h	1.00 h	12.00 h
		コーチング法Ⅱ(中級技術とフィギュアの指導重要ポイント)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅲ(ルーティン演出の重要ポイント)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅳ(ルーティン上達の指導重要ポイント)	2.00 h	1.00 h	
	小 計			12.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	小 計			0.00 h	8.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			32.00 h	28.00 h	60.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

別紙コーチ 4 昇格基準同様、主要全国競技会第 8 位以内のチームを育成したもの、および本連盟主催の指定した強化合宿に指導者として全日程参加したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

2. 規定 第 4 条 (コーチ 4 受講資格および資格取得と免除規定)

(1) 受講資格

①4 月 1 日現在 22 歳以上で、コーチ 3 資格を有し資格審査会に合格しているもの。

なお、本連盟が制定した昇格認定基準は、次表の通りとする。

ただし、当該選手を 2 年以上継続して指導したものでなければならない。

＜アーティスティックスイミングコーチ 4 昇格認定基準＞

②に定める日本水泳連盟主要競技会 8 位以内 および③に定める国際競技会代表競技者を育成した者
--

②主要競技会と昇格基準

- A. 日本選手権 1 2 位以内
- B. 日本アーティスティックスイミングチャレンジカップ 1 2 位以内 ※男子ソロ競技を除く
- C. 国民体育大会 8 位以内
- D. 全国 JOC ジュニアオリンピックカップ 3 位以内

③国際競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. オリンピック
- B. アジア大会
- C. 世界選手権
- D. F I N A ワールドシリーズ
- E. オリンピック選考会として FINA が指定した競技会
- F. アジア選手権
- G. 世界ジュニア選手権

H. アジアエイジグループ選手権 Jr 区分

I. 上記に準ずる国際競技会

④前項①の条件を充たしたものは、本連盟制定のコーチ 3 実務報告書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付。確認後、本連盟資格審査会に提出する。

資格審査会合格者には(公財)日本スポーツ協会による受講者審査の後、コーチ 4 受講資格を与える。

(2) 専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技情報・分析(国内・国際大会の競技情報を紹介し内容を分析)	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベルの選手育成に必要な心理学)◆	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(水泳の医学・最前線)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	2.00 h	2.00 h	
		メディカルコンディショニング(アンチ・ドーピング)◆	2.00 h	2.00 h	
	④	トレーニング科学Ⅰ(最先端の専門的トレーニング、体力的課題)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		トレーニング科学Ⅱ(最先端の専門的トレーニング、技術的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
		トレーニング科学Ⅲ(最先端の専門的トレーニング、メンタル的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
	小 計	16.00 h	16.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	コーチング法Ⅴ(ナショナルコーチによる指導技術の紹介と習得)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		コーチング法Ⅵ(ナショナルコーチによるトレーニング計画立案と作成法)	2.00 h	2.00 h	
		小 計	4.00 h	4.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
		小 計	0.00 h	40.00 h	40.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			20.00 h	60.00 h	80.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

(1)受講資格に定める、②主要競技会 A、B、C、の競技会 3 位以内の競技者を育成したもの、および③国際競技会代表となる競技者を育成したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

3. 規定 第5条 (研修の義務)

研修会規定は下記の通りとする。

(1) 目的

公認コーチ3・4規定第5条にもとづき開催されるもので、日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界をリードする技量・人格の持ち主であることが求められる。また指導者の社会的地位の向上を図ることを目的として研修を義務づけるものである。

(2) 研修企画会

研修の企画、運営のための水泳コーチ3・4研修企画会を設け、競技力向上コーチ委員長、研修に関連のある各委員会の代表で構成する。

(3) 開催日程および代替について

①開催について

コーチ3研修会は年10回以上開催する。またコーチ4研修会は年2回開催する。

②研修会の代替について

前①項にやむを得ない事情で参加できない場合は、下記の代替を認める。

A. コーチ3

原則的に代替は認めない。ただし、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

B. コーチ4

本連盟主催の主要競技会および国際競技会を観戦し、そのレポートを(原稿用紙800字以内手書き)を指定期日までに提出した場合。ただし、2年連続でのレポートによる代替は認めない。

※主要競技会・国際競技会とは規定細則第4条(1)③④参照または、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

③研修内容および参加費

開催要項の決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

また、コーチ3・4資格保持者には別途通知する。

④その他：社会情勢により①が困難な場合には別途定める研修会を開催することがで

きる。

(4) 義務不履行について

年1回の研修会への出席を怠ったものは、資格を取り消されるものとする。ただし、欠席したもので、審査の結果やむを得ない理由であったと認められたものは、次年度の研修会に参加することとレポート提出を条件に、1年間資格の喪失を猶予する。以上の条件を充たさない場合、自動的に資格を喪失する。

4. 規定 第6条 (登録)

(1) 第1項 コーチ3登録に必要な手続きは下記の通りとする。

①本連盟の専門科目合格者は、(公財)日本スポーツ協会の実施する共通科目修了後に、(公財)日本スポーツ協会より送付される申請者カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(2) 第1項 コーチ4登録に必要な手続きは下記の通りとする。

前規定①、②に準ずる。

5. 規定 第7条 (登録の更新)

(1) 資格は4年ごとに更新登録をしなければならない。(認定は4月1日・10月1日)

(2) 登録の更新に必要な手続きは下記の通りとする。

①(公財)日本スポーツ協会より送付される申請カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

(3) 登録料等については、前規定4.に準ずる。

6. 規定 第8条 (施行)

(1) この規定は2005年4月1日から施行する。

(2) この規定は2009年4月1日から施行する。

(3) この規定は2010年4月1日に改正する。

(4) この規定は2011年4月1日に改正する。

- (5) この規定は2012年4月1日に改正する。
- (6) この規定は2013年4月1日に改正する。
- (7) この規定は2014年4月1日に改正する。
- (8) この規定は2016年4月1日に改正する。
- (9) この規定は2017年4月1日に改正する。
- (10) この規定は2018年4月1日に改正する。
- (11) この規定は2019年4月1日に改正する。
- (12) この規定は2021年10月1日に改正する。
- (13) この規定は2022年7月1日に改正する。

公益財団法人 日本水泳連盟

公認水泳コーチ 3・コーチ 4 規定実施細則

V. オープンウォータースイミングコーチ 3 規定実施細則

1. 規定 第 3 条（コーチ 3 受講資格および資格取得と免除規定）

（1）受講資格

4 月 1 日現在 20 歳以上で『基礎水泳指導員』資格を有するもの。

または、水泳指導に関する基礎的な知識・技能を有し、100m 個人メドレーの基準（男子 1 分 40 秒 0、女子 1 分 50 秒 0）となる泳力を本連盟に認められた者。

（2）専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技概説	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	2.00 h	0.66 h	8.00 h
		トレーニング科学(バイオメカニクス・水泳の力学)◆	2.00 h	0.67 h	
		トレーニング科学(バイオメカニクス・各種目の力学)	2.00 h	0.67 h	
	③	心理学(水泳の心理学)◆	2.00 h	1.00 h	6.00 h
		心理学(メンタルトレーニング)◆	2.00 h	1.00 h	
	④	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	2.00 h	1.50 h	14.00 h
		メディカルコンディショニング(医学)◆	2.00 h	1.50 h	
メディカルコンディショニング(トレーナーの基礎知識)		2.00 h	1.50 h		
メディカルコンディショニング(各種目における障害予防と対処法)		2.00 h	1.50 h		
小 計		20.00 h	12.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	トレーニング法Ⅰ(選手育成に必要なトレーニング法の基礎)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		トレーニング法Ⅱ(選手育成に必要なトレーニング法の応用)	2.00 h	2.00 h	
	②	コーチング法Ⅰ(重要な指導のポイント、基本技術)	2.00 h	1.00 h	12.00 h
		コーチング法Ⅱ(重要な指導のポイント、応用技術)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅲ(重要な指導のポイント、海等への対応)	2.00 h	1.00 h	
		コーチング法Ⅳ(重要な指導のポイント、安全対策)	2.00 h	1.00 h	
	小 計		12.00 h	8.00 h	20.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	4.00 h	4.00 h
	小 計		0.00 h	8.00 h	8.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			32.00 h	28.00 h	60.00 h

②検定試験

- 全科目を実施。
- 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- 全科目を実施。
- 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

別紙コーチ 4 昇格基準同様、主要競技会決勝 8 位以内の競技者を育成したもの、および本連盟主催の指定した強化合宿に指導者として全日程参加したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

また、認定 OWS 指導員資格を有するものに対し、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

2. 規定 第 4 条（コーチ 4 受講資格および資格取得と免除規定）

(1) 受講資格

①4 月 1 日現在 22 歳以上で、コーチ 3 資格を有し資格審査会に合格しているもの。

なお、本連盟が制定した昇格認定基準は、次表の通りとする。

ただし、当該選手を 2 年以上継続して指導したものでなければならない。

＜OWS コーチ 4 昇格認定基準＞

②に定める日本水泳連盟主要競技会 8 位以内
および③に定める国際競技会代表競技者を育成した者

②主要競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. 日本選手権
- B. OWS オーシャンズカップ
- C. 国民体育大会
- D. ④項の国際大会および選考会

③国際競技会とは下記に定めるものをいう。

- A. オリンピック
- B. アジア大会
- C. 世界選手権
- D. パンパシフィック選手権
- E. ワールドユニバーシティゲームズ
- F. オリンピック選考会として FINA が指定した競技会
- G. FINA ワールドシリーズ

- H. アジア選手権
- I. プレオリンピック
- J. 上記に準ずる国際競技会

④前項①の条件を充たしたものは、本連盟制定のコーチ 3 実務報告書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付。確認後、本連盟資格審査会に提出する。

資格審査会合格者には(公財)日本スポーツ協会による受講者審査の後、コーチ 4 受講資格を与える。

(2) 専門科目講習会、学科試験およびレポート審査

①専門科目講習会の内容

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
①種目の特性に 応じた基礎理論	①	競技情報・分析(国内・国際大会の競技情報を紹介し内容を分析)	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベルの選手育成に必要な心理学)◆	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(水泳の医学・最前線)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	2.00 h	2.00 h	
		メディカルコンディショニング(アンチ・ドーピング)◆	2.00 h	2.00 h	
	④	トレーニング科学Ⅰ(最先端の専門的トレーニング、体力的課題)◆	2.00 h	2.00 h	12.00 h
		トレーニング科学Ⅱ(最先端の専門的トレーニング、技術的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
		トレーニング科学Ⅲ(最先端の専門的トレーニング、メンタル的課題)◆	2.00 h	2.00 h	
小 計		16.00 h	16.00 h	32.00 h	
②指導理論	①	コーチング法Ⅴ(ナショナルコーチによる指導技術の紹介と習得)	2.00 h	2.00 h	8.00 h
		コーチング法Ⅵ(ナショナルコーチによるトレーニング計画立案と作成法)	2.00 h	2.00 h	
	小 計		4.00 h	4.00 h	8.00 h
③実技指導実習	①	指導実習(トレーニング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	20.00 h	20.00 h
	小 計		0.00 h	40.00 h	40.00 h
※◆印部分については、全競技種目(競泳、飛込、水球、AS、OWS)共通で講義を実施する。			20.00 h	60.00 h	80.00 h

②検定試験

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義規定の問題数とする。

③レポート審査

- A. 全科目を実施。
- B. 問題は各講義 1 問とする。

④免除規定

(1)受講資格に定める、②主要競技会 A、B、C、の競技会 3 位以内の競技者を育成したもの、および③国際競技会代表となる競技者を育成したものに対し、その他のレポート 20h、指導実習 8h を免除する。

なお、免除の条件を充たしているものは本連盟制定の免除申請書に所要事項を記入し、本連盟競技力向上コーチ委員会に送付する。

(3) 期日・会場

評議員会で決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

3. 規定 第5条 (研修の義務)

研修会規定は下記の通りとする。

(1) 目的

公認コーチ3・4規定第5条にもとづき開催されるもので、日本水泳界の競技力を向上し、世界の水泳界をリードする競技者を発掘・育成・指導するためには、その指導者もまた世界をリードする技量・人格の持ち主であることが求められる。また指導者の社会的地位の向上を図ることを目的として研修を義務づけるものである。

(2) 研修企画会

研修の企画、運営のための水泳コーチ3・4研修企画会を設け、競技力向上コーチ委員長、研修に関連のある各委員会の代表で構成する。

(3) 開催日程および代替について

①開催について

コーチ3研修会は年10回以上開催する。またコーチ4研修会は年2回開催する。

②研修会の代替について

前①項にやむを得ない事情で参加できない場合は、下記の代替を認める。

A. コーチ3

原則的に代替は認めない。ただし、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

B. コーチ4

本連盟主催の主要競技会および国際競技会を観戦し、そのレポートを(原稿用紙800字以内手書き)を指定期日までに提出した場合。ただし、2年連続でのレポートによる代替は認めない。

※主要競技会・国際競技会とは規定細則第4条(1)③④参照または、委員会が別途定める代替措置を講ずることができる。

③研修内容および参加費

開催要項の決定次第、本連盟ホームページに掲載公開する。

また、コーチ3・4資格保持者には別途通知する。

④その他：社会情勢により①が困難な場合には別途定める研修会を開催することができる。

（４）義務不履行について

年１回の研修会への出席を怠ったものは、資格を取り消されるものとする。ただし、欠席したもので、審査の結果やむを得ない理由であったと認められたものは、次年度の研修会に参加することとレポート提出を条件に、１年間資格の喪失を猶予する。以上の条件を充たさない場合、自動的に資格を喪失する。

４．規定 第６条（登録）

（１）第１項 コーチ３登録に必要な手続きは下記の通りとする。

①本連盟の専門科目合格者は、(公財)日本スポーツ協会の実施する共通科目修了後に、(公財)日本スポーツ協会より送付される申請者カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

（２）第１項 コーチ４登録に必要な手続きは下記の通りとする。
前規定①、②に準ずる。

５．規定 第７条（登録の更新）

（１）資格は４年ごとに更新登録をしなければならない。（認定は４月１日・１０月１日）

（２）登録の更新に必要な手続きは下記の通りとする。

①(公財)日本スポーツ協会より送付される申請カードに必要事項を記入の上、指定期日内に(公財)日本スポーツ協会へ送付する。

②登録料は(公財)日本スポーツ協会の指示する方法で送付する。

（３）登録料等については、前規定４．に準ずる。

６．規定 第８条(施行)

- (1) この規定は２０１７年４月１日に改正する。
- (2) この規定は２０１８年４月１日に改正する。
- (3) この規定は２０１９年４月１日に改正する。
- (4) この規定は２０２１年１０月１日に改正する。

(5) この規定は2022年7月1日に改正する。