

2021年度 水泳コーチ3 養成講習会 日程表 (競泳)

① 個人学習	視聴期間 10月11日～31日			
	基礎理論 (1h)	(メディカルコンディショニング) 水泳の医学 講師:金岡 恒治	基礎理論 (1.25h)	(メディカルコンディショニング) トレーナーの基礎知識 講師:加藤 知生
	基礎理論 (1h)	(メディカルコンディショニング) 水泳の栄養学 講師:花谷 遊雲子	基礎理論 (1.25h)	(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 講師:加藤 知生
	基礎理論 (1.25h)	(心理学) 水泳の心理学 講師:西澤 隆	指導理論 (1.25h)	(トレーニング法) I 講師:野口 智博
	基礎理論 (1.25h)	(心理学) メンタルトレーニング 講師:西澤 隆	指導理論 (1.25H)	(トレーニング法) II 講師:野口 智博
	基礎理論 (1h)	(トレーニング科学) バイオメカニクス・水泳の生理学 講師:森山 進一郎	指導理論 (1.25h)	(コーチング法) I 講師:高橋 雄介
	基礎理論 (1h)	(トレーニング科学) バイオメカニクス・水泳の力学 講師:森山 進一郎	指導理論 (1.25h)	(コーチング法) II 講師:高橋 雄介
	基礎理論 (1h)	(トレーニング科学) バイオメカニクス・各種目の力学 講師:森山 進一郎	指導理論 (1.25h)	(コーチング法) III 講師:高橋 雄介
基礎理論 (1h)	(水泳競技概説) 各種目の競技規則 講師:緒方 茂生	指導理論 (1.25h)	(コーチング法) IV 講師:高橋 雄介	

1.25h 1時間15分

② ライブ講習	11月3日(水)		11月6日(土)		11月7日(日)	
	8:45	受付	9:00	基礎理論(1h) (トレーニング科学) バイオメカニクス・各種目の力学 講師: 森山 進一郎	9:00	指導理論(1.5h) (コーチング法)
	9:20	開講式	10:00	検定(10:00～10:15)	10:30	講師: 高橋 雄介
	9:30	基礎理論(1h) (メディカルコンディショニング) 水泳の医学 講師: 金岡 恒治	10:15	15分休憩	11:00	検定(10:30～11:00)
	10:30	検定(10:30～10:45)	10:30	基礎理論(1h) (水泳競技概説) 各種目の競技規則 講師: 緒方 茂生	11:15	指導理論(1.5h) (コーチング法)
	10:45	15分休憩	11:30	検定(11:30～11:45)	12:45	講師: 高橋 雄介
	11:00	基礎理論(1h) (メディカルコンディショニング) 水泳の栄養学 講師: 花谷 遊雲子	11:45	45分休憩	13:15	検定(12:45～13:15)
	12:00	検定(12:00～12:15)	12:30	基礎理論(1.5h) (メディカルコンディショニング) トレーナーの基礎知識 各種目における障害予防と対処法 講師: 加藤 知生	13:30	閉講式
	12:15	45分休憩	14:00	検定(14:00～14:30)		
	13:00	基礎理論(1.5h) (心理学) 水泳の心理学・メンタルトレーニング 講師: 西澤 隆	14:30	15分休憩		
	14:30	検定(14:30～15:00)	14:45	指導理論(1.5h) (トレーニング法) 講師: 野口 智博		
	15:00	15分休憩	16:15	検定(16:15～16:45)		
	15:15	基礎理論(1h) (トレーニング科学) バイオメカニクス・水泳の生理学 講師: 森山 進一郎	16:45			
	16:15	検定(16:15～16:30)				
	16:30	15分休憩				
	16:45	基礎理論(1h) (トレーニング科学) バイオメカニクス・水泳の力学 講師: 森山 進一郎				
	17:45	検定(17:45～18:00)				
	18:00					

太枠＝専門教科

通信講習課題は
スマートスタディ
に掲載されます

基礎理論 10講義 32時間

水泳概説4h・メディカルコンディショニング14h・心理学6h・トレーニング科学8h

指導理論 6講義 20時間

トレーニング法8h・コーチング法12h

個人学習・ライブ講習・通信 52時間

指導実習 8時間

トレーニング法の実践4h・コーチング法の実践4h

合 計 60時間