

公認水泳コーチ規定
(コーチ 3 ・ 4)

2025年 7 月 1 日

公益財団法人日本水泳連盟
競技力向上コーチ委員会

[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については、「**公認水泳コーチ3・コーチ4規定細則・第3条（2）④**」に定めるものとする。（公財）日本スポーツ協会の共通科目免除適応校で、且つ（公財）日本水泳連盟の専門科目免除適応校については、別途定めるものとする。

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資格を取得後、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。

この規程は2025年7月1日に改定する

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、36 歳以上の場合、1 歳の加齢につき 1 秒加算する）となる泳力を本連盟に認められた者。この場合、模範となる泳ぎであること、競泳競技規則に違反しないこと。

下記の（2）①に示す「実技指導実習（12h）」を行える場所と検定員（検定員は、原則としてコーチ 4 資格を保有している者。周囲にいない場合はコーチ 3 資格保有者）を、自身で設定可能な者。指導実習現場は、選手強化を行うクラブチームや学校水泳部が望ましい。

（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

2025年4月1日現在					
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	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	トレーニング科学(水泳の力学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	トレーニング科学(各種目の力学)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑤	心理学(水泳の心理学)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑥	心理学(メンタルトレーニング)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑦	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑧	メディカルコンディショニング(医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑨	メディカルコンディショニング(女性スポーツ医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑩	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		14.00 h	20.00 h	34.00 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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	コーチング法Ⅰ(技術指導のポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	コーチング法Ⅱ(チーム・クラスマネジメントのポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		6.00 h	8.00 h	14.00 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	6.00 h	6.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	6.00 h	6.00 h
	小 計		0.00 h	12.00 h	12.00 h
			20.00 h	40.00 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（日本代表合宿、ナショナルチーム合宿）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 28h、指導実習 12h 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＞

2023 年度長水路ランキング 30 位適用（対象：2025 年度～2028 年度）

		日本水泳連盟主要競技会 決勝 8 位以内	
		男子	女子
自由形	50m	22-80	25-91
	100m	49-93	56-09
	200m	1-49-62	2-01-94
	400m	3-53-83	4-16-96
	800m	8-07-47	8-52-35
	1500m	15-31-88	17-17-56
背泳ぎ	50m	25-98	29-27
	100m	55-59	1-02-35
	200m	2-01-20	2-15-33
平泳ぎ	50m	28-05	32-63
	100m	1-01-26	1-09-60
	200m	2-13-01	2-29-20
バタフライ	50m	24-22	27-46
	100m	53-21	1-00-00
	200m	1-58-87	2-12-46
個人メドレー	200m	2-01-62	2-16-40
	400m	4-21-97	4-49-21

②順位と記録

主要競技会決勝 8 位以内かつ基準記録（2023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)
- C. ジャパンオープン (25m、50m)
- D. 国民スポーツ大会
- E. 日本学生選手権
- F. 日本高等学校選手権
- G. 全国中学校選抜水泳競技大会
- 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. AQUA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

2025年4月1日現在					
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)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベル選手育成に必要な心理学)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(医学・最前線)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	④	メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑤	メディカルコンディショニング(アンチドーピング)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑥	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)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑦	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	⑧	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	小 計		11.00 h	20.00 h	31.00 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法)	2.00 h	2.50 h	4.50 h
	②	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	2.50 h	4.50 h
	小 計		4.00 h	5.00 h	9.00 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
			15.00 h	65.00 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

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 25h、指導実習 40h 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・4研修会は年1回以上開催する。

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。

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。

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。

(14) この規定は２０２５年７月１日に改正する。

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、飛込競技の競技歴または指導歴を有する者。

下記の（2）①に示す「実技指導実習（12h）」を行える場所と検定員（検定員は、原則としてコーチ4資格を保有している者。周囲にいない場合はコーチ3資格保有者）を、自身で設定可能な者。指導実習現場は、選手強化を行うクラブチームや学校水泳部が望ましい。

※基礎的な知識・技能とは、公認水泳コーチ3・4規定実施細則

Ⅱ. 飛込コーチ3規定実施細則 -

規定 - 第3条 - （1）受講資格に準ずる。

（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

2025年4月1日現在					
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	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	トレーニング科学(水泳の力学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	トレーニング科学(各種目の力学)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑤	心理学(水泳の心理学) ◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑥	心理学(メンタルトレーニング) ◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑦	メディカルコンディショニング(栄養学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑧	メディカルコンディショニング(医学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑨	メディカルコンディショニング(女性スポーツ医学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑩	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		14.00 h	20.00 h	34.00 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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	コーチング法Ⅰ(技術指導のポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	コーチング法Ⅱ(チーム・クラスマネジメントのポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		6.00 h	8.00 h	14.00 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	6.00 h	6.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	6.00 h	6.00 h
	小 計		0.00 h	12.00 h	12.00 h
			20.00 h	40.00 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 昇格基準を満たす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 28h、指導実習 12h 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。

<飛込コーチ 4 昇格認定基準点・順位>

2021年～2024年の平均点を参考とする
(2025年度～2028 年度)

	男子			女子		
競技種目	1 m	3 m	高飛込	1 m	3 m	高飛込
得点合計	322	339	349	212	225	228

② 順位と基準点数 日本選手権・国際大会派遣選手選考会・翼ジャパン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。
または次項③の国際競技会の日本代表に選出された競技者を育成した者。
※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. オリンピック競技大会
- B. 世界選手権
- C. ダイビングワールドカップ
- D. FISU ワールドユニバーシティゲームズ
- E. アジア競技大会
- F. アジア水泳選手権

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

2025年4月1日現在					
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)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベル選手育成に必要な心理学)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(医学・最前線)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	④	メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑤	メディカルコンディショニング(アンチドーピング)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑥	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)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑦	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	⑧	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	小 計		11.00 h	20.00 h	31.00 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法)	2.00 h	2.50 h	4.50 h
	②	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	2.50 h	4.50 h
	小 計		4.00 h	5.00 h	9.00 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
			15.00 h	65.00 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

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對し、その他のレポート 25h、指導実習 40h 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・４研修会は年１回以上開催する。

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。

(14) この規定は2025年7月1日に改正する。

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、36歳以上の場合、1歳の加齢につき1秒加算する）となる泳力を本連盟に認められた者。この場合、模範となる泳ぎであること、競泳競技規則に違反しないこと。

下記の（2）①に示す「実技指導実習（12h）」を行える場所と検定員（検定員は、原則としてコーチ4資格を保有している者。周囲にいない場合はコーチ3資格保有者）を、自身で設定可能な者。指導実習現場は、選手強化を行うクラブチームや学校水泳部が望ましい。

（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

2025年4月1日現在					
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	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	トレーニング科学(水泳の力学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	トレーニング科学(各種目の力学)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑤	心理学(水泳の心理学)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑥	心理学(メンタルトレーニング)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑦	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑧	メディカルコンディショニング(医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑨	メディカルコンディショニング(女性スポーツ医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑩	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		14.00 h	20.00 h	34.00 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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	コーチング法Ⅰ(技術指導のポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	コーチング法Ⅱ(チーム・クラスマネジメントのポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		6.00 h	8.00 h	14.00 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	6.00 h	6.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	6.00 h	6.00 h
	小 計		0.00 h	12.00 h	12.00 h
			20.00 h	40.00 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

下記「規定」第 4 条「コーチ 4 昇格認定基準」①に示した基準に基づき、該当する競技者を育成したもの、および本連盟主催の指定した日本代表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 28h、指導実習 12h 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の。
なお、本連盟が制定した昇格認定基準は、次表のいずれかを満たした者とする。

<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ベスト 8 及び
- ・以下に定める国際大会日本代表競技者育成
- ・昇格申請時より 8 年以内に以下に定める国際大会日本代表競技者（但し、後述③の D、G を除く）
- ・ジュニア遠征派遣コーチ
- ・JOC 強化スタッフ（コーチ 3 水球の資格保有者に限る）

- 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. 国民スポーツ大会
- 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. AQUA ワールドカップ
- F. アジア選手権
- G. U16, U18, U20 水球世界選手権ワールドリーグ
- H. 上記に準ずる国際競技会

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

2025年4月1日現在					
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)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベル選手育成に必要な心理学)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(医学・最前線)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	④	メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑤	メディカルコンディショニング(アンチドーピング)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑥	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)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑦	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	⑧	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	小 計		11.00 h	20.00 h	31.00 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法)	2.00 h	2.50 h	4.50 h
	②	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	2.50 h	4.50 h
	小 計		4.00 h	5.00 h	9.00 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
			15.00 h	65.00 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

受講資格に定める、②主要競技会A～Hの競技会4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 25h、指導実習 40h 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・4研修会は年1回以上開催する。

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。
- (14) この規定は2025年7月1日に改正する

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、36歳以上の場合、1歳の加齢につき1秒加算する）となる泳力を本連盟に認められた者。この場合、模範となる泳ぎであること、競泳競技規則に違反しないこと。

下記の（2）①に示す「実技指導実習（12h）」を行える場所と検定員（検定員は、原則としてコーチ4資格を保有している者。周囲にいない場合はコーチ3資格保有者）を、自身で設定可能な者。指導実習現場は、選手強化を行うクラブチームや学校水泳部が望ましい。

（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

2025年4月1日現在					
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	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	トレーニング科学(水泳の力学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	トレーニング科学(各種目の力学)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑤	心理学(水泳の心理学) ◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑥	心理学(メンタルトレーニング) ◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑦	メディカルコンディショニング(栄養学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑧	メディカルコンディショニング(医学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑨	メディカルコンディショニング(女性スポーツ医学) ◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑩	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		14.00 h	20.00 h	34.00 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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	コーチング法Ⅰ(技術指導のポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	コーチング法Ⅱ(チーム・クラスマネジメントのポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		6.00 h	8.00 h	14.00 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	6.00 h	6.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	6.00 h	6.00 h
	小 計		0.00 h	12.00 h	12.00 h
			20.00 h	40.00 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12位以内で基準記録を突破した競技者を育成したもの、ものに対し、その他のレポート 28h、指導実習 12h 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者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 12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12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12位以内 ※男子ソロ競技を除く
- C. 国民スポーツ大会 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
- E. ユースソロ・デュエット大会3位以内

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. AQUAワールドカップ
- E. オリンピック選考会として AQUA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. 世界ユース選手権
- I. 上記に準ずる国際大会

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

2025年4月1日現在					
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)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベル選手育成に必要な心理学)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(医学・最前線)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	④	メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑤	メディカルコンディショニング(アンチドーピング)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑥	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)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑦	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	⑧	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	小 計		11.00 h	20.00 h	31.00 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法)	2.00 h	2.50 h	4.50 h
	②	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	2.50 h	4.50 h
	小 計		4.00 h	5.00 h	9.00 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
			15.00 h	65.00 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

受講資格に定める、③主要競技会A～J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のに対し、その他のレポート 25h、指導実習 40h 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・4研修会は年1回以上開催する。

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。

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。

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)

この規定は2005年4月1日から施行する。

この規定は2009年4月1日から施行する。

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。

この規定は2025年7月1日に改正する。

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、36 歳以上の場合、1 歳の加齢につき 1 秒加算する）となる泳力を本連盟に認められた者。この場合、模範となる泳ぎであること、競泳競技規則に違反しないこと。

下記の（2）①に示す「実技指導実習（12h）」を行える場所と検定員（検定員は、原則としてコーチ 4 資格を保有している者。周囲にいない場合はコーチ 3 資格保有者）を、自身で設定可能な者。指導実習現場は、選手強化を行うクラブチームや学校水泳部が望ましい。

（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

2025年4月1日現在					
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	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	トレーニング科学(水泳の生理学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	トレーニング科学(水泳の力学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	トレーニング科学(各種目の力学)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑤	心理学(水泳の心理学)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑥	心理学(メンタルトレーニング)◆	1.00 h	2.00 h	3.00 h
	⑦	メディカルコンディショニング(栄養学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑧	メディカルコンディショニング(医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑨	メディカルコンディショニング(女性スポーツ医学)◆	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	⑩	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		14.00 h	20.00 h	34.00 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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	②	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)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	③	コーチング法Ⅰ(技術指導のポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	④	コーチング法Ⅱ(チーム・クラスマネジメントのポイント)	1.50 h	2.00 h	3.50 h
	小 計		6.00 h	8.00 h	14.00 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	6.00 h	6.00 h
	②	指導実習(コーチング法の実践)	0.00 h	6.00 h	6.00 h
	小 計		0.00 h	12.00 h	12.00 h
			20.00 h	40.00 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（日本代表合宿、ナショナルチーム合宿）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 28h、指導実習 12h 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位以内で基準記録（10km は先頭から1分以内、5km は先頭から30秒以内）を突破した競技者を育成したもの

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. 国民スポーツ大会
- D. 日本学生選手権
- E. 上記に準ずる主要競技会
- F. ③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AQUAが指定した競技会
- G. AQUAワールドカップ

- 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・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

2025年4月1日現在					
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)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	②	ナショナルレベルにおける心理学(ナショナルレベル選手育成に必要な心理学)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	③	メディカルコンディショニング(医学・最前線)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	④	メディカルコンディショニング(トレーナーの知識)	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑤	メディカルコンディショニング(アンチドーピング)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑥	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)◆	1.50 h	2.50 h	4.00 h
	⑦	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	⑧	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)◆	1.00 h	2.50 h	3.50 h
	小 計		11.00 h	20.00 h	31.00 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法)	2.00 h	2.50 h	4.50 h
	②	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	2.50 h	4.50 h
	小 計		4.00 h	5.00 h	9.00 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
			15.00 h	65.00 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

受講資格に定める、③主要競技会 A～E 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 25h、指導実習 40h 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・4研修会は年1回以上開催する。

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。
- (14) この規定は2025年7月1日に改正する。