

2019年度 日本スポーツ協会公認コーチ3養成講習会 専門科目＜体操競技＞日程表

2019/11/27現在

会場		味の素ナショナルトレーニングセンター(NTC)														会場
期日	＜第1日＞ 12月21日(土)			＜第2日＞ 12月22日(日)			＜第3日＞ 12月23日(月)			＜第4日＞ 12月24日(火)			＜第5日＞ 12月25日(水)			期日
時間	区分	時間(h) 科目名	会場名	区分	時間(h) 科目名	会場名	区分	時間(h) 科目名	会場名	区分	時間(h) 科目名	会場名	区分	時間(h) 科目名	会場名	時間
8:00																8:00
9:00				3	9:00～11:00(2時間) ②「体幹と柔軟性のトレーニング」	NTC 体操競技場	1	9:00～11:00(2時間) 「⑤表現力」	NTC 研修室1・2	3	9:00～11:00(2時間) ①-5「技術指導 タントラ基礎・バイオメカニクスの観点から」	NTC 体操競技場	1	9:00～11:00(2時間) ⑥「安全指導と安全管理」 (トランポリン競技共通)	NTC 研修室1・2	9:00
10:00																10:00
11:00				1	11:00～13:00(2時間) ⑦「ルールと審判法1」	NTC 研修室1	1	11:00～13:00(2時間) 「⑩対象に応じた指導内容と指導技術」	NTC 研修室1・2	3	11:00～13:00(2時間) ①-6「技術指導 柔軟・ダンス系要素／平均台」	NTC 体操競技場	1	11:00～13:00(2時間) ⑨「信頼関係の構築とコミュニケーション論」 (トランポリン競技共通)	NTC 研修室1・2	11:00
12:00		12:30～ 受付	NTC 研修室4													12:00
13:00	1	13:00～15:00(2時間) ①「指導計画の立案とその評価」	NTC 研修室4		13:00～14:00(1時間) 昼休憩			13:00～14:00(1時間) 昼休憩			13:00～14:00(1時間) 昼休憩			13:00～14:00(1時間) 昼休憩		13:00
14:00				1	14:00～16:00(2時間) ①「体操競技の特性」	NTC 研修室1	3	14:00～16:00(2時間) ①-2「技術指導 前転後転から学ぶゆかの基本」	NTC 体操競技場	1	14:00～16:00(2時間) ⑧「コンディショニング1」 (トランポリン競技共通)	NTC 研修室1・2		14:00～15:00 「資格検定試験」	NTC 研修室1・2	14:00
15:00	1	15:00～17:00(2時間) ③「体操競技の技術構造1」	NTC 研修室4													15:00
16:00				3	16:00～18:00(2時間) ①-1「技術指導 基本となる身体づくり・姿勢づくり」	NTC 体操競技場	3	16:00～18:00(2時間) ①-3「技術指導 あん馬・つり輪・平行棒・鉄棒」	NTC 体操競技場	3	16:00～18:00(2時間) 「③表現技法」 (トランポリン競技共通)	NTC 体操競技場				16:00
17:00	1	17:00～19:00(2時間) ②「体操競技の歴史」	NTC 研修室4													17:00
18:00				1	18:00～20:00(2時間) ④「体操競技の特性に応じた体力トレーニング法」	NTC 体操競技場	3	18:00～20:00(2時間) ①-4「技術指導 トランポリン・跳馬／段違い平行棒」	NTC 体操競技場	2	18:00～20:00(2時間) ①「救急処置・テーピング」 (トランポリン競技共通)	NTC 体操競技場				18:00
19:00																19:00
20:00																20:00
専門科目 時間数	6 時間			10 時間			10 時間			10 時間			4 時間			

※科目により会場が変わりますのでご注意ください。昼食は各自ご用意ください。

※開催時間・場所等、変更になる場合があります。