

公認体操競技コーチ3

2019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	体操競技の特性	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	②	体操競技の歴史	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	③	体操競技の技術構造1	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	④	体操競技の特性に応じた体カトレーニング法	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	⑤	表現力	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	⑥	安全指導と安全管理 ※	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	⑦	ルールと審判法	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	⑧	コンディショニング1 ※	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	⑨	信頼関係の構築とコミュニケーション論 ※	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	⑩	対象に応じた指導内容と技術指導	2.00 h	2.00 h	4.00 h
	⑪	指導計画の立案とその評価	2.00 h	4.00 h	6.00 h
小 計			22.00 h	14.00 h	36.00 h
2. 実技	①	救急処置・テーピング ※	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	小 計			2.00 h	0.00 h
3. 指導実習	①	技術指導1～6(種目編)	12.00 h	6.00 h	18.00 h
	②	体幹と柔軟性のトレーニング	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	③	表現技法 ※	2.00 h	0.00 h	2.00 h
	小 計			16.00 h	6.00 h
			40.00 h	20.00 h	60.00 h

※部分については、トランポリン競技コーチ3共通で講義を実施する。