

平成27年度 公認コーチ(体操競技)講習会専門講習案
2015年11月30日現在

会場		ナショナルトレーニングセンター			
日程	第1日目	第2日目	第3日目	第4日目	第5日目
期日	12月23日(水)	12月24日(木)	12月25日(金)	12月26日(土)	12月27日(日)
時間	科目名(時間) 基礎理論・実技・指導実習/講師	科目名(時間) 基礎理論・実技・指導実習/講師	科目名(時間) 基礎理論・実技・指導実習/講師	科目名(時間) 基礎理論・実技・指導実習/講師	科目名(時間) 基礎理論・実技・指導実習/講師
8:00			*2日目以降、受付は10分前(8時50分)に研修室で行います。		
9:00					
10:00		対象に応じた指導内容 と指導技術1 (基礎理論) 2h	体操競技の技術構造1 (基礎理論) 2h	ルールと審判法1 (基礎理論) 2h	コミュニケーション (基礎理論) 2h
11:00					
12:00		体操競技の特性に 応じたトレーニング法 (基礎理論) 2h	表現力 (基礎理論) 2h	指導計画の立案と その評価 (基礎理論) 2h	コンディショニング1 (基礎理論) 2h
13:00					
14:00	13:30集合	昼食	昼食	昼食	資格検定試験 検定委員による可否判定 閉校式
15:00	体操競技の歴史 (基礎理論) 2h	バリエーション (実技) 2h	体カトレーニング (指導実習) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	
16:00					
17:00	体操競技の特性 (基礎理論) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	
18:00					
19:00	安全対策 (基礎理論) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	救急処置・テーピング (実技) 2h	技術トレーニング (指導実習) 2h	
20:00					
21:00					
22:00	6H	10H	10H	10H	4H(計40H)

色かけは、実技講習のため、3階体操場へ移動します。昼食は各自ご用意ください。