

平成28年度日本体育協会公認コーチ養成講習会〔専門科目・トランポリン競技〕時間割

2016/11/30現在

会場	国立スポーツ科学センター(JISS)・味の素ナショナルトレーニングセンター(NTC)				
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(金)	12月24日(土)	12月25日(日)	12月26日(月)	12月27日(火)
時間	科目名(区分) 会場・時間数	科目名(区分) 会場・時間数	科目名(区分) 会場・時間数	科目名(区分) 会場・時間数	科目名(区分) 会場・時間数
8:00			* 2日目以降、受付は10分前(8時50分)に会場で行います。		
9:00		トランポリン競技の技術構造1 (基礎理論)	対象に応じた指導内容と指導技術 (基礎理論)	バレエレッスン (実技)	安全対策 (基礎理論)
10:00		JISS研修室AB 2h	JISS研修室AB 2h	NTC体操場 ※トランポリン競技共通 2h	NTC研修室①② ※トランポリン競技共通 2h
11:00		トランポリン競技の特性に応じた 体カトレーニング法1(基礎理論)	指導計画の立案とその評価1 (基礎理論)	スポーツ心理(メンタルトレー ニング) (基礎理論)	コンディショニング1 (基礎理論)
12:00		JISS研修室AB 2h	JISS研修室AB 2h	JISS研修室AB 2h	NTC研修室①② ※トランポリン競技共通 2h
13:00	13:30集合	昼食	昼食	昼食	資格検定試験 検定委員による合否判定
14:00	トランポリン競技の歴史 (基礎理論)	ルールと審判法1 (基礎理論)	技術トレーニング② (実技)	コーディネーショントレーニング (実技)	解散-----
15:00	JISS研修室AB 2h	JISS研修室AB 2h	JISSトランポリン場 2h	JISSトランポリン場 2h	
16:00	トランポリン競技の特性 (基礎理論)	体力(体幹)トレーニング (実技)	技術トレーニング③ (実技)	技術トレーニング④ (実技)	
17:00	JISS研修室AB 2h	JISSトランポリン場 2h	JISSトランポリン場 2h	JISSトランポリン場 2h	
18:00	コミュニケーション論 (基礎理論)	技術トレーニング③(救命法) (実技)	救急処置・テーピング (指導実習)	技術トレーニング⑤ (実技)	
19:00	NTC研修室①② ※トランポリン競技共通 2h	NTC体操場 ※トランポリン競技共通 2h	NTC体操場 ※トランポリン競技共通 2h	JISSトランポリン場 2h	
20:00					
21:00					
	6H	10H	10H	10H	4H(計40H)

※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。
※斜字は体操競技と共通科目