

2022年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会（三重会場）日程表

競技名 陸上 競技

共通科目Ⅰ（スポーツリーダー）		専門科目 (共通Ⅰ筆記試験を含む)										
第1日		第2日		第1日		第2日						
1月21日(土)		1月22日(日)		2月25日(土)		2月26日(日)						
会場		会場名: 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場										
住所会場最寄駅		三重県伊勢市宇治館町510 最寄駅・・・五十鈴川駅(近鉄)										
オンライン講習: 第7会場		1班		2班		1班		2班				
		※実技講義については、2班に分かれて実施します。班分けについては、当日会場でご確認ください。										
9:00	指導者の役割Ⅰ	スポーツ指導者に必要な医学的知識Ⅰ (スポーツ障害)		筆記試験(共通Ⅰ) ※専門のみは免除		陸上競技の種目別指導 (短距離・リレー)		陸上競技の種目別指導 (棒高跳)				
		1H		1H		1H		1H				
10:00			ガイダンス		陸上競技の種目別指導 (棒高跳)		陸上競技の種目別指導 (短距離・リレー)					
		2H		1H		1H		1H				
11:00	スポーツと栄養	スポーツ指導者に必要な医学的知識Ⅰ (トレーニング理論)		陸上競技の種目別指導 (中長距離・競歩)		トレーニング論Ⅰ (基本の運動)		陸上競技の種目別指導 (砲丸投)		陸上競技の種目別指導 (ハンマー投)		
		1H		1H		1H		1H		1H		
12:00	昼休み		昼休み		昼休み							
13:00	指導計画と安全管理	ジュニア期のスポーツ		トレーニング論Ⅰ (基本の運動)		陸上競技の種目別指導 (中長距離・競歩)		陸上競技の種目別指導 (ハンマー投)		陸上競技の種目別指導 (砲丸投)		
		1.5H		1H		1H		1H		1H		
14:00	文化としてのスポーツ		2H		陸上競技の種目別指導の方法 (走幅跳)		陸上競技の種目別指導 (走り高跳)		陸上競技の種目別指導 (円盤投)		陸上競技の種目別指導 (やり投)	
		1.5H		1H		1H		1H		1H		
15:00	トレーニング論		1.5H		陸上競技の種目別指導の方法 (三段跳)		陸上競技の種目別指導 (ハードル)		陸上競技の種目別指導 (やり投)		陸上競技の種目別指導 (円盤投)	
		1.5H		1H		1H		1H		1H		
16:00	地域におけるスポーツ振興		1.5H		陸上競技の種目別指導 (ハードル)		陸上競技の種目別指導の方法 (走幅跳)		陸上競技のルール (陸上競技の主なルール)			
		1.5H		1H		1H		1H				
17:00	1.5H		1.5H		陸上競技の種目別指導 (走り高跳)		陸上競技の種目別指導の方法 (三段跳)		筆記試験			
		1.5H		1H		1H		1H				
18:00	7.5H		6.5H		8H		8H		8H		8H	

専門のみ受講の必修講義