

## 2022年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会（山口会場） 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
期日		12月10日（土）	12月11日（日）	1月7日（土）	1月8日（日）
会 場		オンライン講習：第6会場		第1日会場:維新百年記念公園補助陸上競技場	
住所会場最寄駅				第2日会場:維新百年記念公園球技場	
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	トレーニング論Ⅰ （基本の運動）	1H
10:00			ガイダンス	陸上競技の種目別指導 （短距離・リレー）	1H
					2H
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 （ハードル）	陸上競技の種目別指導 （やり投）	1H
					1H
12:00	昼休み	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 （トレーニング計画）	陸上競技の種目別指導 （砲丸投）	陸上競技の種目別指導 （中長距離・競歩）	1H
14:00	1.5H		陸上競技の種目別指導 （円盤投）	陸上競技の種目別指導の方法 （走幅跳）	1H
	文化としてのスポーツ	2H			1H
15:00	1.5H	トレーニング論 （各種トレーニング）	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の方法 （三段跳）	1H
16:00	地域におけるスポーツ振興 （部活動と地域クラブの運営）	1.5H	陸上競技の種目別指導 （走高跳）	陸上競技のルール （陸上競技の主なルール）	1H
17:00	1.5H		陸上競技の種目別指導 （棒高跳）	筆記試験	1H
18:00	7.5H	6.5H	8H	8H	

専門のみ受講の必修講義