

平成21年度 第2回SAJC級コーチ養成講習・検定会(東京会場)スケジュール

		種別共通科目・種別共通科目養成講習会					検定会	
		6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)			6月13日(土)	
8:00	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #90EE90; border: 1px solid black;"></div> 種別共通科目 <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #FFFF00; border: 1px solid black;"></div> 種別専門科目(実技を含む) </div>		発育発達期の栄養とトレーニング(2h)	コーディネーション(一般・専門)(2h)	8:00			
9:00					10:00			
10:00				10:00				
11:00	受付開始 ----- 開会式・ガイダンス	発育発達期の心理的特徴とトレーニング(2h)	各競技種目別における技術と体力トレーニング(2h)	11:00				
12:00	SAJの指導者育成システムと一貫指導について(2h) SAJコーチ制度の理解、指導者の役割、指導哲学、コミュニケーション	昼食休憩	昼食休憩	12:00	----- 閉会式			
13:00		指導計画と安全管理(3h) 指導計画の立て方(グループ指導計画、個人指導計画) スポーツ活動と安全管理(個人的要因、環境的要因、競技特性)	発育発達期の身体的特徴とトレーニング(能力評価)(3h)	JP競技における技術と体力トレーニング(2h)	13:00			評価テスト
14:00				SAJジャンプトレーニングプログラム(教材資料)(3h)	14:00			解散
15:00					15:00			
16:00		発育発達期の年間トレーニング(1h)		16:00				
17:00				17:00				
18:00	発育発達期に多い怪我や病気の理解と対処法(2h)	アンチドーピングについて(1h)		18:00				
19:00				19:00				