

令和元年度 JAAF公認ジュニアコーチ養成講習会(山形会場)日程表

競技名 陸上 競技

受付:8時45分～ スタンド下 会議室1、2入り口

	第1日	第2日	第3日
期日	8月16日(金)	8月17日(土)	8月18日(日)
会場	会場名 NDソフトスタジアム山形		
住所会場最寄駅	山形県天童市(高掬駅)		
9:00	指導者の役割 I (コーチ哲学) 講師:陸連 1H	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) 1H	スポーツ指導者に必要な医学的知識 I (スポーツ障害) 1H
10:00	指導者の役割 I (一貫指導) 講師:陸連 1H	ジュニア期のスポーツ (トレーニング計画) 1H	スポーツ指導者に必要な医学的知識 I (スポーツ障害) 1H
11:00	地域におけるスポーツ振興 (部活動と地域クラブの運営) 講師:陸連	陸上競技の種目別指導 (投の基本) 1H	陸上競技の種目別指導 (跳の基本) 1H
12:00	1.5H	昼休み	昼休み
12:30	昼休み		
13:00		陸上競技の種目別指導 (ハンマー投) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 (走幅跳) 1H
13:30	スポーツと栄養 (スポーツ栄養) 講師:陸連 1H		
14:00	陸上競技の種目別指導 (走の基本) 1H	陸上競技の種目別指導 (やり投) 1H	陸上競技の種目別指導の方法 (三段跳) 1H
15:00	陸上競技の種目別指導 (短距離) 1H	陸上競技の種目別指導 (砲丸投) 1H	陸上競技の種目別指導 (走高跳) 1H
16:00	陸上競技の種目別指導 (リレー) 1H	陸上競技の種目別指導 (円盤投) 1H	陸上競技の種目別指導 (棒高跳) 1H
17:00	陸上競技の種目別指導 (ハードル) 1H	陸上競技の種目別指導 (競歩) 1H	トレーニング論 I (各種トレーニング) 1H
18:00	文化としてのスポーツ (文化としてのスポーツ) 講師:陸連 1.5H	陸上競技の種目別指導 (中長距離) 1H	トレーニング論 I (基本の運動) 1H
19:00	陸上競技のルール (陸上競技の主なルール) 1.5H	陸上競技のルール (陸上競技の主なルール) 1H	筆記試験 1H
	10H	10H	10H