

日本水泳連盟

■公認水泳指導員

養成目的 国民の生涯スポーツとしての水泳の普及・発展に努め、水の事故防止に寄与する人材の養成を目的とする。

役割 水泳の専門的知識・技能を活かし、地域スポーツクラブを始め、公共団体もしくはその機関等が主催するまたは主管する水泳に関する基礎的水泳指導事業に協力するとともに、上級指導員の補助として、高いレベルの指導にもあたる。

受講条件 受講年度の4月1日現在で満18歳以上の者。

カリキュラム 共通科目35h（共通Ⅰ） 専門科目40h

受講料 共通科目 21,000円 専門科目 14,700円

登録料(4年間) 20,000円（初回登録時のみプラス3,000円）

更新のための義務研修 資格有効期限内（4年間）に日本水泳連盟地域指導者委員会が定める研修を1回以上受けなければならない。

担当委員会 日本水泳連盟 地域指導者委員会

区分	カリキュラム内容	時間数		
		集合	通信	計
1 種目の特性に応じた基礎理論	① 水泳の特性・歴史（水泳と生涯スポーツ・水泳の特性と水中運動、水泳の歴史）	1h	2h	3h
	② 水泳の科学（運動の原理、ストロークメカニクス）	2h	0h	2h
	③ 水泳指導法の基本（対象に応じた指導内容と技術指導）	2h	1h	3h
	④ 水泳の管理と安全対策（水泳の管理、水泳と安全対策、水泳事故）	1h	3h	4h
	⑤ 競泳競技の規則と審判法（競泳の競技概要と審判法）	1h	0h	1h
	計	7h	6h	13h
2 実技	① 基礎及び実践技術（100m個人メドレー）	15h	0h	15h
	② 日本泳法（横泳ぎ）（横泳ぎを習得する）	3h	0h	3h
	③ 個人・集団の指導実習（指導法の実習及び指導計画の立案）	3h	2h	5h
	④ 現場における心肺蘇生法（心肺蘇生法）	4h	0h	4h
	計	25h	2h	27h
		32h	8h	40h

■公認水泳上級指導員

養成目的 水泳技能の向上・発展に努め、地域スポーツクラブ等の事業推進の中心的役割を果たすことのできる人材を養成することを目的とする。

役割 水泳の高度な専門的知識・技能を活かし、地域スポーツクラブを始め、公共団体もしくはその機関等が主催するまたは主管する水泳に関する高度な諸事業の中心として指導にもあたる。

受講条件 受講年度の4月1日現在満25歳以上で、水泳指

導員資格取得後2年以上の経験を有する者。

カリキュラム 共通科目70h（共通ⅠⅡ） 専門科目26h

受講料 共通科目 14,700円（共通Ⅰ免除者は8,400円） 専門科目 別途定める

登録料(4年間) 20,000円（初回登録時のみプラス3,000円）

更新のための義務研修 資格有効期限内（4年間）に日本水泳連盟地域指導者委員会が定める研修を1回以上受けなければならない。

担当委員会 日本水泳連盟 地域指導者委員会

区分	カリキュラム内容	時間数		
		集合	通信	計
1 種目の特性に応じた基礎理論	① 水泳における生理学・心理学（心理的要因、生理的要因）	2h	0h	2h
	② 水泳指導法の応用（中・上級者指導法ほか）	3h	2h	5h
	③ 水泳の体カトレーニング法（トレーニング理論、トレーニング法）	2h	0h	2h
	④ 水泳競技と審判法（競泳、飛込み、シンクロ、オープン、日本泳法）	2h	2h	4h
	計	9h	4h	13h
2 実技	① 応用実践技術（スタート、ターン、立泳ぎ）	4h	0h	4h
	② 模範となる技術（フォームの手直し）	2h	0h	2h
	③ 対象別指導実習（幼・中・高・高年期）	2h	2h	4h
	④ 救助法・心肺蘇生法（順下、接近、運搬、心肺蘇生法準備）	3h	0h	3h
	計	11h	2h	13h
		20h	6h	26h

■公認水泳コーチ（競泳、飛込、水球、シンクロ）

養成目的 ジュニアナショナルチームコーチ（ヘッドコーチを除く）、国民体育大会監督、都道府県内選抜チーム等の監督、日本スポーツマスターズ監督などにあたる指導者を養成する。

役割 水泳競技における専門的な指導能力を活かし、競技者の育成にあたる。広域スポーツセンターやトレーニング拠点において、有望な競技者の育成にあたる。広域スポーツセンターが実施する地域スポーツクラブの巡回指導に協力し、よ

り高いレベルの実技指導を行う。

受講条件 受講年度の4月1日現在満20歳以上の者で、基礎水泳指導員資格取得者。

カリキュラム 共通科目152.5h（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ）専門科目60h

受講料 共通科目 18,900円 専門科目 10,500円

登録料(4年間) 20,000円（初回登録時のみプラス3,000円）

更新のための義務研修 日本水泳連盟競技力向上コーチ委員会が実施する公認コーチ研修を毎年受けなければならない。

担当委員会 日本水泳連盟 競技力向上コーチ委員会

区分		カリキュラム内容		時間数		
				集合	その他	計
1	種目の特性に応じた基礎理論	①	水泳競技概説（各種目の競技規則）	2h	2h	4h
		②	トレーニング科学（バイオメカニクス、水泳の生理学）	6h	2h	8h
		③	心理学（水泳の心理学とメンタルトレーニング）	4h	2h	6h
		④	メディカル・コンディショニング（栄養学、医学、トレーナー）	8h	6h	14h
		計		20h	12h	32h
2	指導理論	①	トレーニング法（各種目におけるトレーニング法）	4h	8h	20h
		②	コーチング法（コーチングに必要な基本的指導技術）	8h		
		計		12h	8h	20h
3	実技	①	指導実習（トレーニング法の実践）	4h	0h	4h
		②	指導実習（コーチング法の実践）	4h	0h	4h
		計		8h	0h	8h
※網掛け部分については、全競技種目（競泳、飛込、水球、シンクロ）共通で講義を実施する。				40h	20h	60h

■公認水泳上級コーチ（競泳、飛込、水球、シンクロ）

養成目的 豊かな実戦経験あるいは優秀競技者・チーム等の育成実績を持ち、より高度な科学的・合理的な水泳指導理論と競技者の発掘・育成・指導のより高度な能力を備えた、日本を代表する指導者を養成する。

役割 ナショナルレベルのトレーニング拠点において、各年代で選抜された競技者の育成強化にあたる。国際大会等の各競技会における監督・コーチとして、競技者が最高の能力を発揮できるよう、強化スタッフとして組織的な指導にあたる。

受講条件 受講年度の4月1日現在満25歳以上で、コーチ資格を有する者。又、各競技種目ごとに定めた基準を充たす競

技者・チーム等を育成し、日本水泳連盟が認めた者。※資格審査あり

カリキュラム 共通科目192.5h（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ＋Ⅳ）専門科目40h

受講料 共通科目46,200円（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ免除者は27,300円）専門科目 16,800円

登録料(4年間) 20,000円（初回登録時のみプラス3,000円）

更新のための義務研修 日本水泳連盟競技力向上コーチ委員会が実施する公認上級コーチ研修を毎年受けなければならない（レポートによる代替あり、但し2年連続でのレポート代替は認めない）。

担当委員会 日本水泳連盟 競技力向上コーチ委員会

区分		カリキュラム内容		時間数		
				集合	その他	計
1	種目の特性に応じた基礎理論	①	競技情報・分析（国内外の競技情報を紹介し内容を分析）	2h	2h	4h
		②	ナショナルレベルにおける心理学（ナショナルレベル選手育成に必要な心理学）	2h	2h	4h
		③	メディカル・コンディショニング（医学・トレーナーの知識）	4h	4h	8h
		④	トレーニング科学（最先端の専門的科学）	4h	4h	8h
		計		12h	12h	24h
2	指導理論	①	コーチング法（ナショナルコーチによる指導技術）	4h	4h	8h
		計		4h	4h	8h
3	実技	①	指導実習（トレーニング法の実践）	2h	2h	4h
		②	指導実習（コーチング法の実践）	2h	2h	4h
		計		4h	4h	8h
				20h	20h	40h

■公認水泳教師

養成目的 商業スポーツ施設において、競技者育成プログラムに基づいた指導にあたり、多様な能力やニーズに対応する高度な指導法を身につけるとともに、施設等の経営に関する基礎的知識の習得者の養成を目的とする。

役割 商業スポーツ施設等において、競技別の専門的指導者として、会員が満足できるように、個々の年齢や性別、技能レベルやニーズに合わせたサービスにあたる。

受講条件 受講年度の4月1日現在満20歳以上で健康な者。

カリキュラム 共通科目152.5h（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ） 専門科目84h（6科目）

受講料 共通科目 56,700円 専門科目 各12,600円

登録料(4年間) 20,000円（初回登録時のみプラス3,000円）

更新のための義務研修 資格有効期限内（4年間）に日本水泳連盟及び日本スイミングクラブ協会が定める研修を1回以上受講しなければならない。

担当委員会 日本水泳連盟 水泳教師委員会
日本スイミングクラブ協会 指導力向上委員会

区分	カリキュラム内容	時間数			
		集合	通信	計	
1	種目の特性に応じた基礎理論	① 水泳史	1h	2h	3h
		② 水泳運動論	1h	2h	3h
		③ クロール・背泳ぎ・平泳ぎ	1.5h	1h	2.5h
		④ バタフライ・横泳ぎ、立泳ぎ	1.5h	1h	2.5h
		⑤ 幼児の発育発達	1h	2h	3h
		⑥ 幼児の心理	1h	2h	3h
		⑦ 幼児水泳指導理論（1）	1.5h	1h	2.5h
		⑧ 幼児水泳指導理論（2）	1.5h	1h	2.5h
		⑨ 学童の発育発達	1h	2h	3h
		⑩ 学童の心理	1h	2h	3h
		⑪ 学童水泳指導理論（1）	1.5h	1h	2.5h
		⑫ 学童水泳指導理論（2）	1.5h	1h	2.5h
		⑬ 成人の運動と生理	1h	2h	3h
		⑭ 成人の心理と栄養	1h	2h	3h
		⑮ 成人水泳指導理論（1）	1.5h	1h	2.5h
		⑯ 成人水泳指導理論（2）	1.5h	1h	2.5h
		⑰ 競技水泳概論	1h	2h	3h
		⑱ 競技水泳の規則	1h	2h	3h
		⑲ 競技水泳のコーチング	1.5h	1h	2.5h
		⑳ 競技水泳のトレーニング	1.5h	1h	2.5h
		㉑ 水泳安全管理法	1h	1h	2h
		㉒ 救急法・救助法	1h	1h	2h
		㉓ 人工呼吸	1.5h	1h	2.5h
		㉔ 心マッサージ	1.5h	1h	2.5h
	計	30h	34h	64h	
2	実技指導実習	① クロール・背泳ぎ	1h	0h	1h
		② 平泳ぎ・バタフライ	1h	0h	1h
		③ スタート・ターン・横泳ぎ・立泳ぎ	1h	0h	1h
		④ 3歳代の水泳指導	1h	0h	1h
		⑤ 4歳代の水泳指導	1h	0h	1h
		⑥ 5歳～6歳代の水泳指導	1h	0h	1h
		⑦ 学童の水なれ・クロール・背泳ぎ	1h	0h	1h
		⑧ 学童の平泳ぎ・バタフライ	1h	0h	1h
		⑨ 学童の個人メドレー・スタート・ターン	1h	0h	1h
		⑩ 成人の水なれ・クロール・背泳ぎ・平泳ぎ	1h	0h	1h
		⑪ 成人のバタフライ・個人メドレー・スタート・ターン	1h	0h	1h
		⑫ 成人の横泳ぎ・立泳ぎ	1h	0h	1h
		⑬ 競技のクロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ	1h	0h	1h
		⑭ 競技の個人メドレー・スタート・ターン	1h	0h	1h
		⑮ シンクロ・水球・日本泳法	1h	0h	1h
		⑯ 救急法・救助法	2h	0h	2h
		⑰ 心肺蘇生法（1）	1.5h	0h	1.5h
		⑱ 心肺蘇生法（2）	1.5h	0h	1.5h
	計	20h	0h	20h	
		50h	34h	84h	

■公認水泳上級教師

養成目的 商業スポーツ施設において、競技者育成プログラムに基づいた指導にあたるとともに、多様な能力やニーズに対応する高度な指導法を身につけるとともに、施設の健全な経営能力を備えた指導者の養成を目的とする。

役割 商業スポーツ施設等において、競技別の専門的指導者として、より質の高い実技指導を行なうとともに各種事業に関する計画の立案、指導方針の決定や、地域スポーツ経営のためのコンサルティングならびに経営受託の企画調整にあたる。

受講条件 受講年度の4月1日現在、公認水泳教師資格を保有し、健康な者。

有し、健康な者。

カリキュラム 共通科目192.5h（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ＋Ⅳ）専門科目64h（4科目）

受講料 共通科目113,400円（共通Ⅰ＋Ⅱ＋Ⅲ免除者は56,700円）専門科目 各12,600円

登録料(4年間) 20,000円(初回登録時のみプラス3,000円)

更新のための義務研修 資格有効期限内（4年間）に日本水泳連盟及び日本スイミングクラブ協会が定める研修を1回以上受講しなければならない。

担当委員会 日本水泳連盟 水泳教師委員会

日本スイミングクラブ協会 指導力向上委員会

区分	カリキュラム内容	時間数			
		集合	通信	計	
1	種目の特性に応じた基礎理論	① ゼロ歳から2歳代までの発育発達	1h	2h	3h
		② ゼロ歳から2歳代までの心理	1h	2h	3h
		③ ベブースイミングの指導理論 (1)	1h	2h	3h
		④ ベブースイミングの指導理論 (2)	1h	2h	3h
		⑤ 高齢者の運動と生理	1h	2h	3h
		⑥ 高齢者の心理	1h	2h	3h
		⑦ 高齢者水泳と栄養	1h	2h	3h
		⑧ 高齢者水泳指導理論	1h	2h	3h
		⑨ 妊婦と分娩	1h	2h	3h
		⑩ 妊婦水泳概論	1h	2h	3h
		⑪ 妊婦水泳指導論 (1)	1h	2h	3h
		⑫ 妊婦水泳指導論 (2)	1h	2h	3h
		⑬ 水泳施設論	1h	1h	2h
		⑭ SCの経営管理と委託業務	1h	1h	2h
		⑮ 水泳場施設管理と衛生管理	1h	1h	2h
		⑯ スイミングクラブの運営	1h	1h	2h
		⑰ 各種講習会の計画と運営	1h	1h	2h
		⑱ 障害者水泳の計画と運営	1h	1h	2h
			⑲ その他水泳の計画と運営	1h	1h
	計	19h	31h	50h	
2	実技指導実習	① 6ヶ月～12ヶ月のベブースイミング	1h	0h	1h
		② 満1歳～1歳6ヶ月のベブースイミング	1h	0h	1h
		③ 1歳7ヶ月～1歳12ヶ月のベブースイミング	1h	0h	1h
		④ 満2歳～2歳12ヶ月のベブースイミング	1h	0h	1h
		⑤ 高齢者の水なれ・クロール・背泳ぎ	1h	0h	1h
		⑥ 高齢者の平泳ぎ・バタフライ	1h	0h	1h
		⑦ 高齢者の横泳ぎ・立泳ぎ	1h	0h	1h
		⑧ 高齢者の水中運動	1h	0h	1h
		⑨ 妊婦の準備運動・水なれ・背泳ぎ系	1h	0h	1h
		⑩ 妊婦のクロール系・弛緩法	1h	0h	1h
		⑪ 妊婦の平泳ぎ系・バタフライ系	1h	0h	1h
		⑫ 妊婦水泳特有教程	1h	0h	1h
		⑬ 水泳評論	1h	1h	2h
	計	13h	1h	14h	
		32h	32h	64h	

《専門科目における講習・試験の免除》

1. 日本水泳連盟から既存の指導者制度で資格を付与された者

(1)日本水泳連盟「基礎水泳指導員」の資格を有する者は、指導員の専門科目の講習・試験の全てを免除する。

2. その他

(1)コーチ・上級コーチの免除については、日本水泳連盟公認水泳コーチ・上級コーチ規定実施細則に定めるところによる。

(2)教師・上級教師の免除については、日本水泳連盟ならびに日本スイミングクラブ協会公認水泳教師・上級教師規定実施細則に定めるところによる。