

公認陸上競技コーチ3
資格概要

2026年9月29日現在

主催		公益財団法人日本スポーツ協会 公益財団法人日本陸上競技連盟		
養成目的		日本陸上競技連盟の競技者育成指針を理解し、各種目の指導に関する専門的かつ高度な知識・技能を身につけ、競技者のニーズや競技レベルに応じた効果的な指導・支援を提供する指導者や、陸上競技の活性化に向けた指導者の統括を行う指導者を養成すること。		
役割		・アスリートのパフォーマンスを高めるために専門的で高度な知識・技能を用いて指導にあたる。 ・アスリートが主体的に活動ができるよう支援する。 ・活動する地域やチーム内において他の指導者を牽引し、陸上競技の活性化を図る。		
養成講習会に係る内容	受講条件		(1)受講年度の4月1日時点で27歳以上の日本陸上競技連盟の登録者であること。 (2)JAAF公認B級コーチ(JSPO公認コーチ1・2)有資格者であること。 (3)都道府県陸協が推薦し、日本陸上競技連盟指導者養成委員会が認める者。 なお、次の条件に当てはまる者も受講を可能とする。 ① 受講申し込みまでに日本スポーツ協会へJSPO公認陸上競技コーチ1(JAAF公認 B 級コーチ)としての指導者登録申請を行い、受講年度の10月1日までに資格取得を予定している者。 ② 受講申し込みまでに公認Bコーチ養成講習会を受講予定で日本スポーツ協会の共通科目Ⅰの修了証明ができる者。 ※都道府県陸上競技協会推薦の他、日本実業団陸上競技連合、日本学生陸上競技連合、日本陸上競技連盟からの推薦がある。	
	受講科目	共通科目	共通科目Ⅲ(150h)	
		専門科目	JAAF公認A級コーチ(陸上競技コーチ3専門科目)(62.5h) ※別紙カリキュラム表参照	
	受講料	共通科目	共通科目Ⅲ:22,000円(税込)※別途リファレンスブック代	
		専門科目	受講料22,000円(税込)	
	実施方法	共通科目	別に定める共通科目実施要領に基づき日本スポーツ協会が実施する	
		専門科目	■講習会 JAAF公認A級コーチ養成講習会(JSPO陸上競技連盟コーチ3専門科目) ■修了審査 (1) 本講習会の修了審査は、すべての講義を受講した者を対象に事前課題、受講姿勢、筆記試験等により、総合判断する。 (2) 修了審査の結果、合格者には修了の通知を、不合格者には未修了の通知を日本陸連から送付する。 ■免除要件 なし	
	登録に係る内容	登録料 (4年間)		基本登録料:デジタル版(13,000円)、印刷送付版(17,000円)
資格別登録料: 4,000円				
初期登録手数料(初回登録時のみ):3,300円				
更新登録要件		資格有効期限が切れる6か月前までに、最低1回は、日本陸上競技連盟(都道府県陸上競技協会が実施する研修会を含む)が定める研修または、日本スポーツ協会(都道府県スポーツ協会が実施する研修会を含む)が実施する(または認める)研修を受けなければならない。		
特記事項		公認陸上競技コーチ3は、日本陸上競技連盟では、「JAAF公認A級コーチ」とする。		

公認陸上競技コーチ3(JAAF公認A級コーチ)専門科目

2026年9月29日現在

2020年9月と9日現在

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
① 各種理論	①	JAAF VISION		1.00 h	1.00 h
	②	指導者養成について		1.00 h	1.00 h
	③	コーチ・コーチングとは		1.00 h	1.00 h
	④	コーチの役割と責任	1.00 h		1.00 h
	⑤	競技者育成について		1.00 h	1.00 h
	⑥	強化についての最新情報	1.00 h		1.00 h
	⑦	学校部活動と地域スポーツ	1.00 h		1.00 h
	⑧	コーチングスキル	1.00 h		1.00 h
	⑨	スポーツ医学		1.00 h	1.00 h
	⑩	トレーニング理論		1.00 h	1.00 h
	⑪	短距離の科学		1.00 h	1.00 h
	⑫	跳躍の科学		1.00 h	1.00 h
	⑬	投てきの科学		1.00 h	1.00 h
	⑭	中長距離・競歩の科学		1.00 h	1.00 h
	⑮	アンチ・ドーピング		1.50 h	1.50 h
	⑯	スポーツと栄養		1.50 h	1.50 h
	⑰	陸上競技のルール		1.50 h	1.50 h
	小 計			4.00 h	14.50 h
② 種目別指導方法と安全管理	①	短距離・リレーの指導方法	1.00 h		1.00 h
	②	障害(ハードル)の指導方法	1.00 h		1.00 h
	③	跳躍の指導方法	2.00 h		2.00 h
	④	投てきの指導方法	2.00 h		2.00 h
	⑤	中長距離・競歩の指導方法	1.00 h		1.00 h
	⑥	各種目の安全管理と場の設定	2.00 h		2.00 h
	小 計			9.00 h	0.00 h
③ 指導演習と成長計画	①	指導計画	3.00 h	5.00 h	8.00 h
	②	指導演習(演習と振り返り)	4.00 h		4.00 h
	③	コーチとしての成長計画		23.00 h	23.00 h
	小 計			7.00 h	28.00 h
			20.00 h	42.50 h	62.50 h