公認レスリングコーチ1
資格概要

2025年4月1日現在

主催			公益財団法人日本スポーツ協会 公益財団法人日本レスリング協会
養成目的			地域スポーツクラブやサークル等において、初心者や子供たちを対象にレスリング競技の基礎的実技指導にあたる指導者を育成する。
役割			一貫指導プログラムに基づき、対象者の特性と目的に対応した身体作りと動き作りおよび基本的なレスリングの技術指導にあたる。
養成講習会に係る内容	受講条件		受講年度の4月1日現在満20歳以上の指導歴3年以上の者で、都道府県レスリング協会の推薦を受け、日本レスリング協会が認めた者
	受講科目	共通科目	共通科目Ⅰ（45h）
		専門科目	レスリング専門科目（20h）　※別紙カリキュラム表参照
	受講料	共通科目	共通科目Ⅰ：15,400円（税込）※別途リファレンスブック代
		専門科目	受講料：15,400円（税込）※実施団体が別途定める場合がある
	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：年1回開催し、全科目を履修すること。 ■検定試験：上記講習会の中で行う。 ■審査：当該年度の1月末に合否判定。 ■免除要件：無し。
登録に係る内容	登録料 （4年間）		基本登録料：10,000円
			資格別登録料：0 円
			初期登録手数料（初回登録時のみ）：3,300円
	更新登録要件		資格登録有効期限4年間のうちに、最低1回は日本レスリング協会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を含む）が実施する（認める）研修を受けなければならない。
特記事項			

公認レスリングコーチ１

2025年4月1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 種目の特性に応じた基礎理論	①	レスリング競技の特性	1.00 h		1.00 h
	②	レスリング競技のルール	1.50 h		1.50 h
	③	レスリング競技における安全管理	1.50 h		1.50 h
	④	スポーツ栄養学	1.00 h		1.00 h
	⑤	アンチドーピング	1.00 h		1.00 h
	⑥	メンタルスキル	1.50 h		1.50 h
	⑦	スポーツハラスメント防止	1.00 h		1.00 h
	小　計		8.50 h	0.00 h	8.50 h
② 実技・指導実習	①	フリースタイルレスリング競技における基本的技術とその指導法	2.00 h		2.00 h
	②	グレコローマンスタイルレスリング競技における基本的技術とその指導法	2.00 h		2.00 h
	③	発育・発達期の動き作り	1.50 h		1.50 h
	④	障害予防	2.00 h		2.00 h
	⑤	RICE処置・テーピング法Ⅰ	2.00 h		2.00 h
	⑥	心肺蘇生法（CPR）	2.00 h		2.00 h
	小　計		11.50 h	0.00 h	11.50 h
			20.00 h	0.00 h	20.00 h