

区分	科目名	内容	時間数 (集合講習)
第1章：理論編	概論	①子どもにおける運動、スポーツの意義・価値	2h
		②子どもを取り巻く環境、体力の現状と課題	
		③子どもの身体活動ガイドライン	
		④子どものスポーツ指導における現状と課題	
		⑤ジュニアスポーツ指導員の役割	
	コーチング	①コミュニケーションスキル	2h
		②よい指導者としての観点	
		③指導の留意点	
		④プログラム作成時のポイント	
		⑤安全管理上の配慮事項	
		⑥コーチングの実践事例、ケーススタディ	
	体力	①からだ（形態）の発育・発達	1h
		②運動能力（機能）の発育・発達	
		③体力の測定と評価	
	動きの発達	①動きの獲得	1h
		②発達特性と個人差	
		③動きの質的評価	
		④指導への応用	
	心理	①こころの発育	1h
		②子どもの心理的特徴	
		③心理的アプローチ	
④子どものためのストレス・マネジメント			
栄養	①成長期における食事	1h	
	②栄養障害		
	③水分補給		
スポーツ医学（内科・外科）	①からだの構造と成長発達	1h	
	②スポーツと内科的障害		
	③スポーツによる外傷と障害		
	④スポーツ外傷・障害予防への取り組み		
女性とスポーツ	①女性の身体的・体力的特徴	1h	
	②女性において起こりやすい諸問題		
	③月経とコンディショニング		
第2章：実技編	①発達段階に応じた運動遊びの展開例	5h	
	②運動遊び・スポーツの指導		
	③アイズブレイク		
	④運動遊びのアレンジ		
	⑤年齢、体力に応じた指導		
第3章：実習編	①指導プログラムの作成	8h	
	②指導実践		
	③指導内容の評価		
			23h