

■共通科目カリキュラム

	科目名	内容	時間数
共通科目 I	文化としてのスポーツ	スポーツの概念と歴史 文化としてのスポーツ	3.75
	指導者の役割I	スポーツ指導者とは 指導者の心構え・視点 世界の舞台を目指すアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割	5
	トレーニング論I	体力とは トレーニングの進め方 トレーニングの種類	3.75
	スポーツ指導者に必要な医学的知識I	スポーツと健康 スポーツ活動中に多いケガや病気 救急処置	7.5
	スポーツと栄養	スポーツと栄養	2.5
	指導計画と安全管理	指導計画の立て方 スポーツ活動と安全管理	3.75
	ジュニア期のスポーツ	発育発達期の身体的特徴、心理的特徴 発育発達期に多いケガや病気 発育発達期のプログラム	5
	地域におけるスポーツ振興	地域におけるスポーツ振興方策と行政のかかわり 総合型地域スポーツクラブの必要性と社会的意義 地域におけるスポーツクラブとしての「スポーツ少年団」	3.75
			35

	科目名	内容	時間数
共通科目 II	社会の中のスポーツ	社会の中のスポーツ 我が国のスポーツプロモーション	5
	スポーツと法	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任 スポーツと人権	5
	スポーツの心理I	スポーツと心 スポーツにおける動機づけ コーチングの心理	7.5
	スポーツ組織の運営と事業	総合型地域スポーツクラブの育成と運営 スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング スポーツ事業のプロモーション	10
	対象に合わせたスポーツ指導	中高年者とスポーツ 女性とスポーツ 障害者とスポーツ	7.5
			35

	科目名	内容	時間数
共通科目 III	指導者の役割II	プレイヤーと指導者の望ましい関係 ミーティングの方法 世界の頂点を目指すアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割	7.5
	アスリートの栄養・食事	アスリートの栄養摂取と食生活	5
	スポーツの心理II	メンタルマネジメント(メンタルトレーニング、プレッシャー、あがり、スランプの対処法含む) 指導者のメンタルマネジメント	10
	身体のしくみと働き	運動器のしくみと働き 呼吸循環器系の働きとエネルギー供給 スポーツバイオメカニクスの基礎	10
	トレーニング論II	トレーニング理論と方法論 トレーニング計画とその実際 体カテストとその活用 スキルの獲得とその獲得過程	20
	競技者育成のための指導法	トップアスリート育てるために～指導者が持つべき視点～ トップアスリートの育成・強化の方法とその評価 競技力向上のためのチームマネジメント 競技力向上のための情報とその活用	10
	スポーツ指導者に必要な医学的知識II	アスリートの健康管理 アスリートの内科的障害と対策 アスリートの外傷・障害と対策 アスレティック・リハビリテーションとトレーニング計画 コンディショニングの手法 スポーツによる精神障害と対策 特殊環境下での対応 ドーピング防止	20
			82.5

	科目名	内容	時間数
共通科目 IV	トップアスリートを取り巻く諸問題	トップアスリートの特徴 海外遠征の諸問題とその対応 国際競技力向上のための環境 情報戦略 競技者を取り巻く環境	20
	指導能力を高めるためのスキルアッププログラム	コミュニケーションスキル プレゼンテーションスキル	20
		40	