

共通科目カリキュラム

	科目名	内容	時間数
共通科目 (通信講習)	文化としてのスポーツ	スポーツの概念と歴史(スポーツの歴史的発展と現代スポーツの考え方、スポーツを取り巻く環境)	3.75
		文化としてのスポーツ(スポーツの文化性、文化的内容、スポーツ観、スポーツ規範、ボランティア)	
	指導者の役割	スポーツ指導者とは(スポーツ指導者の必要性、スポーツ医科学に関する知識の必要性)	5
		指導者の心構え・視点(医科学スタッフとの連携、指導者として必要なコミュニケーションスキル)	
		競技者育成プログラムの理念(一貫指導システム、指導者の役割、ネットワーク)	
	トレーニング論	体力とは	3.75
		トレーニングの進め方(原理、原則、トレーニング処方)	
		トレーニングの種類	
	スポーツ指導者に必要な医学的知識	スポーツと健康	7.5
		スポーツ活動中に多いケガや病気	
		救急処置(心肺蘇生法、RICE、緊急時の対応などを含める)	
	スポーツと栄養	スポーツと栄養(五大栄養素、栄養のバランス、食事の摂り方、水分補給)	2.5
	指導計画と安全管理	指導計画のたて方(集団の指導計画、個人の指導計画、期別計画)	3.75
		スポーツ活動と安全管理(個人的要因、環境的要因、競技特性)	
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	5	
	発育発達期に多いケガや病気		
	発育発達期のプログラム		
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(日本のスポーツ振興施策の基礎を含む)	3.75	
	地域スポーツクラブ(総合型地域スポーツクラブを中心として)の機能と役割 (スポーツ少年団の役割を含む)		