

# スイミングコーチ研修会日程表

コーチ学校は、真剣に水泳指導に取り組んでいる皆様を応援しています

2012年春

《主催》日本スイミングコーチ学校  
千葉市稲毛区小仲台7-15-10 Tel.043-206-3623  
e-mail;ins@mist.ocn.ne.jp Fax.043-206-3622



2月29日(水)

10:00-18:00

少年初心水泳

Part2 (P.プール実習あり)

ソーシャルニーズと指導法の変化/平泳ぎ・バタフライの教程解説と指導実習/サブコーチ教育システム/モラルとモラール (T-10,水教)  
※幼児コース、初心コース、競泳コースの担当コーチに最適な講座です。

(講師)森島教夫先生…著書に精美堂出版「水泳～4泳法を完全マスターするテクニック」。論文に「水泳記録における男女格差」や「指導環境の変化と上達度合いの相関」など多数。

3月1日(木)

10:00-18:00

スポーツ栄養学

(年代別・目的別の実践講座)

栄養学の基礎/ジュニア期のスポーツと栄養/アスリートの栄養指導  
中高年者のスポーツと栄養/ダイエットのための栄養指導  
※スイミングの全コーチ、フィットネスの全インストラクターに最適な講座です。

(講師)石川三知先生…Office LAC-U代表。スポーツ栄養アドバイザーとして、スピードスケートの岡崎朋美選手、陸上短距離の末続慎吾選手など、多くのトップアスリートをサポートしている。著書:勝負食(講談社)、トップアスリートになるための食事と栄養学(日本文芸社)など。

3月2日(金)

10:00-18:00

競技水泳

Part2 (トレーニング編)

水泳トレーニング理論/練習法(ワークの種類とドリル練習)  
年間練習計画/陸上トレーニングの基礎  
※育成コース、競泳コース、マスターズコースの担当コーチに最適な講座です。

(講師)下山好充先生…体育科学博士。新潟医療福祉大学准教授。筑波大水泳部コーチ時代、2000年シドニー五輪、世界選手権2001年、2003年大会に所属選手を送り込んだ。2008短水路世界選手権 日本代表コーチ。監訳「スイミング解剖学」の他、DVD教材「水泳選手のためのドライランドトレーニング」～スイマーに特化した、実践的陸上エクササイズなど出版。

3月3日(土)

10:00-18:00

幼児水泳

Part2 (P.プール実習あり)

幼児の発育発達相/幼児の泳法特性/リズムの変化/進級概念  
教程解説と指導実習/幼児の陸上時間など (T-14,ベ教)  
※ベビーコース、幼児コース、初心コースの担当コーチに最適な講座です。

(講師)森島元子先生…月刊スイミングライフに「水泳で子育て」を連載、幼児水泳の楽しさを紹介した。現在、幼児水泳の他、ベビースイミングや初心水泳の指導者としても活動している。

3月4日(日)

10:00-18:00

ベビースイミング

Part2 (P.プール実習あり)

ベビーの発育発達相/各月年齢のカリキュラム/指導現場での問題点  
ベビースイミング教程解説と実技実習など(T-14,25,ベ教)  
※ベビーコース、幼児コースの担当コーチに最適な講座です。

(講師)湯本秀子先生…ベビースイミング協議会会長。ビデオ教材「赤ちゃん輝いてます」の製作を手がけ、IISP国際水泳プログラム研究所のカリキュラムを紹介。多数の講演を通して全国のインストラクターに影響を与えている。2003、2009年にWABCの国際会議でも発表を行った。

Part1は秋季、Part2が春季で、それぞれの内容が異なります。  
秋と春の2回を1シリーズとして、  
講義や実習をより広い視野でより詳しくお伝えできるよう構成しています。

(P)印の講座はプール実習を予定しています。水着・バスタオル・スイムキャップ・ゴーグル等ご用意下さい。  
※( )は使用テキスト。T-00=スイミングコーチテキスト第00巻、水教=大修館書店「水泳教室」、ベ教=同ベビースイミング教室。

## スイミングコーチ研修会要項

- 日 程 2012年2月29日(水)から3月4日(日)
- 時 間 全講座とも午前10時00分から午後6時00分まで
- 研修会場 稲毛駅前宝ショッピングビル3階会議室  
千葉県稲毛区小仲台6-18-1(JR総武線稲毛駅東口より徒歩3分)
- 実習会場 稲毛インターナショナルスイミングスクール  
千葉県稲毛区小仲台7-15-10(研修会場から徒歩12分)
- 参加費用 1講座8,000円/資格更新者は該当講座5,000円(当日、資格証ご提出下さい)。
- 定員締切 申込締切…2月22日(水)。定員各講座30名、先着順で締め切ります。
- テキスト 当校では水泳コーチテキストを発行しています。日常の指導の指針としてもご活用頂けます。ご購入の際には研修会申込書にご記入の上、別綴りの「テキスト案内書」で代金をご確認のうえ参加費用と一緒にお振り込み下さい。送料は1回600円(お届けまで1週間度)、研修会場渡しの場合は送料不要です。
- 申込方法 申込書を郵送またはFAXで事務局へお送り下さい。参加費用は申込締切日までに次の口座へお振込み下さい。  

三菱東京UFJ銀行/笹塚支店/普通口座4697653/日本スイミングコーチ学校

金融機関の振込金受領書をもって領収書とさせていただきます、手書き領収書の必要な方は申込書に明記して下さい。会場でお渡しします。
- 会場案内 ご入金確認後、会場案内図等を含む申込確認書を発行します。
- 宿 泊 各自ご手配下さい。JR稲毛から快速1駅4分(各停2駅)のJR千葉駅周辺が便利です。千葉駅徒歩圏内の内、料金的には次のホテルがお勧めです。  
東横イン千葉東口 Tel.043-201-1045(JR千葉駅東口徒歩3分) 5,980円  
東横イン千葉駅前 Tel.043-227-1045(JR千葉駅東口徒歩5分) 5,980円  
スーパーホテル千葉駅前 Tel.043-255-9000(JR千葉駅北口徒歩1分) 4,980円  
(ともに、シングル1泊税込料金、軽朝食サービス有。料金変更の場合が有りますので予約時にご確認ください。)  
混雑する場合がございますので、早めにお問い合わせください。
- 資格証 (1) 同講座で①秋季と②春季を受講し、テストに合格した方には当校認定の補助指導員資格証を発行します。また、コーチ学校通信講座卒業により上位資格を取得することができます。資格証をお持ちの方は、次回から同研修会の参加費は割引が適用されます(修了証除く)。  
(2) 当校発行の資格証をお持ちの方は、該当学科の資格証を更新できます。更新される方は必ず申込書に更新資格名を明記の上、当日資格証をご提出ください。



お問い合わせ・お申し込みは、下記事務局へ

**日本スイミングコーチ学校**

〒263-0043 千葉県稲毛区小仲台7-15-10

Tel.043-206-3623 Fax.043-206-3622

Eメールアドレス; [ins@ocn.ne.jp](mailto:ins@ocn.ne.jp)