

平成29年度 スポーツ科学講座② 開催要項

1. 目的

各種スポーツに関わる指導者やインストラクター、トレーナー等に対し、スポーツの科学的理論や科学的根拠に基づいたトレーニング等の実践的な研修会を開催し、指導者やインストラクター、トレーナー等の資質向上を図るとともに、それぞれの指導現場における指導技術の向上に寄与する。

2. 主催

千葉県競技力向上推進本部

千葉県総合スポーツセンター指定管理者 千葉県体育協会・まちづくり公社グループ

3. 日程及び講座内容

スポーツ科学講座② 2018年2月18日(日) 9:30~12:40 (9:00 受付開始)

講師	開催時間	講座名	内容
池田 達昭 氏 国立スポーツ科学センター スポーツ科学部	09:30 ～ 11:00	強化現場における スポーツ科学の活用 (理論)	「スポーツ科学の活用」と一言で表現しても、強化指導・競技力向上の現場では科学的アプローチが強く要求されている。しかし、「スポーツ科学」が有効に活用できているか、確認することはとても難しい。 今回は、国際競技力向上において研究と支援の両側面で重要な役割を担う、国立スポーツ科学センターから学び、17年間の実践例を通じて“強化現場でのスポーツ科学の活用”について基本的な理論の理解を深める。
池田 達昭 氏 国立スポーツ科学センター スポーツ科学部	11:10 ～ 12:40	筋力の養成法 ～テーラーメイド型トレーニング プログラムの考え方～ (実践)	競技スポーツにおける筋力養成は非常に重要な要素となりうる。 基本的な理論から学び、トップアスリートの実践例なども参考に、最終的には自身の競技種目におけるトレーニングプログラムが作成できるよう学習する。 実技後半は、質疑応答やグループ形式でのディスカッションを通して、講師を交え千葉県の競技力向上策について語りあえる場を作り、指導現場で疑問を少しでもなくせる場とする。

※ 講師・内容は都合により変更になる可能性があります。

4. 会場

千葉県総合スポーツセンター内 スポーツ科学センター 第1研修室 (3F)

5. 参加対象者

スポーツに関わる指導者・学生、インストラクター、トレーナー等
スポーツ科学に興味のある者

6. 募集定員

100名/日

※定員になり次第申し込みを締め切ります。

7. 参加費

無料

※各種資格継続単位申請希望者は1資格につき1,000円（日本体育協会公認資格は無料）

8. 持ち物

- ・各種資格発行団体の会員証（資格継続希望者のみ）
- ・実技がございますので、動きやすい服装でお越しください。

9. 申込方法

●事前申込（前日までの申込み。当日消印有効）

- ・申込用紙を郵送、FAX、メール、受付に提出のいずれかの方法でお申し込みください。
 - a. 申込用紙はインターネット上から印刷（<http://www.cue-net.or.jp/kouen/sportscenter/>）するか、スポーツ科学センター2階の受付でお受け取りください。
 - b. 申込用紙郵送先およびFAX番号

郵送先：〒263-0011 千葉県千葉市稲毛区天台町323番地

千葉県総合スポーツセンター スポーツ科学講座係

FAX：043-207-1021

●当日申込

- ・会場受付にて、申込用紙に必要事項を記入してください。
- ・事前申込多数の場合、お断りする場合があります。

10. 各種資格継続単位認定講座（申請中）

- ・公益財団法人日本体育協会

この研修会は、公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導者の資格更新のための義務研修となります。ただし、「水泳、サッカー、テニス、バドミントン、剣道、空手道、バウトテニス、エアロビック（上級コーチのみ）、フィリテイング（コーチのみ）、プロゴルフ（教師・上級教師）、プロテニス、プロスキー、スキー・ダイビング、スポーツタレント、スポーツメンテント、アスレチックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネージャー」の有資格者については、別に定められた研修を受けなければ資格を更新できません。テニスの指導者は1ポイントの実績になります。（平成29年4月1日現在）

- ・健康・体力づくり事業財団 「健康運動指導士・健康運動実践指導者」
- ・日本トレーニング指導者協会（JATI） 「特別上級、上級、トレーニング指導者」
- ・NSCAジャパン（NSCA） 「CSCS、NSCA-CPT」

※上記資格は講義3時間分となります。

11. お問い合わせ先

千葉県総合スポーツセンター 事業運営 担当：河田

TEL：043-290-8501

FAX：043-207-1021

E-mail：kawata@cue-net.or.jp

HP：<http://www.cue-net.or.jp/kouen/sportscenter/>