

平成28年度SWANプロジェクト共通プログラム 内容(予定)

敬称略

	プログラム	講師	学年	内 容
1	フィジカルトレーニング	加藤・石黒 繁田・関 栗林・児玉・ 山本	小4～小6（前期）	①体力的要素
			小6（後期）～中1	②動きづくり
			中学2・3年生・Aコース	③医科学的アプローチ・修正プログラム ④メディカルチェック ⑤競技特性 等
2	コンディショニング	加藤・関・栗林・ 児玉・山本	全員・保護者	セルフコンディショニング等
3	トレーニング論	繁田・関 栗林・児玉	5年生	トレーニング中に実施予定
			6年生	スポーツパフォーマンス構造論等
			中1	
			中2	トレーニング中に実施予定
4	栄養学	小川(晶) 吉岡 小川(晶) 吉岡 小川(晶) 吉岡	5年生・保護者	栄養の基本
			6年生・保護者	食事の整え方
			中1・保護者	補食の摂り方
			中2・保護者	試合期の食事
			中3・保護者	個別栄養指導
			Aコース	個別栄養指導
5	ドーピング	石黒・長谷部 石黒・中山	小6・保	薬の基礎知識とスポーツファーマシストについて
			中2・中3・Aコース・保	ドーピングの基礎知識・ICT・OOCT・TUEについて
6	メンタル トレーニング	秋葉(JISS) 秋葉(JISS)	小学生（全）	メンタルトレーニングの基礎知識
			中学生（全）・A	メンタルトレーニングの実際
7	コミュニケーション	小川(輝)	全員	コミュニケーションスキル
8	スポーツ医学	加藤 石黒 相澤 中村(JISS)	中学1・3、保護者	整形外科：スポーツ整形1 内科：内科1
			中学1・3、保護者	整形外科：スポーツ整形2 内科：内科2
			中学1・3、保護者	整形外科：スポーツ整形3 整形外科：スポーツ整形4
			中学女子、保護者	女性アスリートについて
9	語 学	中村・坂田・James 中村・坂田・James	小学生（全）	ドイツ語と英語に親しむ
			中学生（全）・A	ドイツ語と英語の実践
10	アスリートライフスタイルプログラム	事務局	全員	選手としての心得や目標設定等
11	用 具	未定	全員	各種目で使用する用具について学ぶ
12	スポーツ仲裁	小川(JASS)	中3・Aコース・保護者	スポーツ仲裁・ドーピング仲裁等について
13	体力テスト	事務局	全員	新体力テスト
14	メディカルチェック	加藤・石黒	全員	メディカルチェック
15	合 宿	未定	全員	各年のテーマに沿って実施
16	オリンピック教育	未定	全員	未定
17	面 談	事務局	小5・6・中1・2 ・保護者・Aコース	通常面談
		事務局・競技団体	中3・保護者	パスウェイ面談
18	開講式	未定	新メンバー・保護者	認定証授与等
19	修了式		中3・(A)	修了証授与等
20	新入メンバー プログラム	事務局	新メンバー・ 保護者	オリエンテーション1
		事務局		オリエンテーション2
		事務局		面談
		未定		基礎トレーニング等
21	保護者プログラム	吉岡・繁田・関・町田	保護者	栄養学、トレーニング論、コンディショニング
開催予定プログラム				
22	NTC プログラム		JOC条件による	地域タレント発掘研修会
			(JOC条件による)	(オリンピック有望選手研修会)

