

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 メディカルチェック	加藤・関 栗林・山本・秋山	小4～小6	①体力的要素 ②動きづくり ③医学的アプローチ・修正プログラム ④メディカルチェック ⑤競技特性 等
			中学1年生	
			中学2・3年生	
2	コンディショニング	加藤・関・栗林 山本・秋山	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	関・栗林・山本	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	トレーニング中に実施予定
			中2	スポーツパフォーマンス構造論等
4	栄養学	吉岡	5年生・保護者	栄養の基本
		吉岡	6年生・保護者	食事の整え方
		吉岡	中1・保護者	補食の摂り方
		吉岡	中2・保護者	試合期の食事
		吉岡	全員	個別栄養指導(夏合宿)
5	ドーピング	長谷部	中2・保護者	ドーピングの基礎知識・スポーツファーマシストについて
6	メンタル トレーニング	秋葉(国士館大学)	小学生(全)	メンタルトレーニングの基礎知識
		秋葉(国士館大学)	中学生(全)	メンタルトレーニングの実際
7	コミュニケーション	専門主事	全員	コミュニケーションスキル(夏合宿)
8	スポーツ医学	加藤 石黒 相澤 中村(JISS)	中学1・保護者	整形外科：スポーツ整形1 内科：内科1
			中学1・保護者	整形外科：スポーツ整形2
			中学1・中学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1・3女子のみ	女性アスリートについて
9	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
10	スポーツ仲裁	小川(仲裁機構)	中3・保護者	スポーツ仲裁・ドーピング仲裁等について
11	体力テスト	事務局	全員	新体力テスト
12	合 宿	フィジカル担当者	全員	各年のテーマに沿って実施
13	オリンピック教育	未定	全員	未定
14	面 談	事務局	小5・6・中1・2 ・保護者	通常面談
		事務局・競技団体	中3・保護者	パスウェイ面談
15	開講式	未定	新メンバー・保護者	認定証授与等
16	修了式		中3	修了証授与等
17	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
		専門主事		コミュニケーション
		事務局		面談
		フィジカル担当者		基礎トレーニング等
18	9期生保護者プログラム	吉岡・関	保護者	栄養学、コンディショニング
開催予定プログラム				
19	N T Cプログラム		JOC条件による	地域タレント発掘研修会