

平成30年度公認コーチ講習会日程表

一般社団法人日本ボクシング連盟

日程	第 1 日			第 2 日			第 3 日			第 4 日		
期日	9月14日 (金)			9月15日 (土)			9月16日 (日)			9月17日 (月)		
会場	ナショナルトレーニングセンター(以下NTC) 研修室			講義はNTC研修室、実技はNTCボクシング道場			講義はNTC研修室、実技はNTCボクシング道場			講義はNTC研修室、実技はNTCボクシング道場		
時間	基礎理論 実技 指導実習	科目名 (時間)		基礎理論 実技 指導実習	科目名 (時間)		基礎理論 実技 指導実習	科目名 (時間)		基礎理論 実技 指導実習	科目名 (時間)	講師
7:50		開校式										
8:00	指導 実習	情報収集, 競技の分析		基礎 理論	ボクシングとコンディショ ニング		基礎 理論	ルールと審判法		実技	体カトレーニング	
9:00	指導 実習	少年ボクシングについて										
10:00				基礎 理論	ドーピング防止について		基礎 理論	ボクシングとバイオメカニク ス		基礎 理論	ボクシングと外傷及び傷害	
11:00	基礎 理論	セカンドの役割										
12:00		昼休み			昼休み			昼休み			昼休み	
13:00	基礎 理論	世界連盟 (AIBA) の組織と役割		基礎 理論	ボクシングの戦術と戦略		基礎 理論	ボクシングと栄養学		基礎 理論 指導 実習	日本連盟の組織と役割	
14:00	基礎 理論	アマチュアボクシングの歴史										応急手当と疲労回復
15:00	基礎 理論	アマチュアボクシングの特性		指導 実習	女子ボクシングについて		指導 実習	UJボクシングについて			レポート提出	
16:00	基礎 理論	競技者育成プログラム (基本理念、指導者育成シス テム、ネットワーク等)										
17:00				実技	フットワーク及びフット ワークと攻撃防御との連携		実技	攻撃防御の基本動作と連携動 作				
18:00	基礎 理論	ボクシングと安全対策										
19:00												
合計時間	基礎理論 (8h) 実技 (0h) 指導実習 (3h)	合計11h		基礎理論 (6h) 実技 (3h) 指導実習 (2h)	合計11h		基礎理論 (6h) 実技 (3h) 指導実習 (2h)	合計11h		基礎理論 (2h) 実技 (3h) 指導実習 (2h)	合計7h	