

## 2026年度 基礎水泳指導員養成講習会 日程

	10月31日(土)	11月1日(日)	11月28日(土)
9:00	開校式	講 義  水泳の科学 ・水泳、水中運動の特性 ・バイオメカニクス	講 義  プールにおける安全  (水泳プール事故 飛込、溺水、吸い込み他)
10:00	講 義  水泳指導者 ・初心者指導法 ・水泳指導員の役割 ・指導者とは (体罰、ドーピング、薬物)		
11:00			講 義  水泳の歴史
12:00	昼 食	昼 食	昼 食
13:00	実 技 指導実習  指導法実習	実 技 基礎技術  4 泳 法	実 技 個人指導  技術観察、技術指導 メニュー立案
14:00			実 技 集団指導  指導人数、安全確保 集団に対する技術指導 メニュー立案
15:00	実 技 基礎技術  スタート・ターン		
16:00			

※スィムキャップ(姓を記入)

※水泳指導教本

※遅刻・早退は認めない