

## 2019年度 養成講習会スケジュール

※講師・スケジュールは変更になる場合があります。

### ■一般科目

8月3日(土)8.5時間

時間	科目	講師
09:30 ~ 11:30 (2.0h)	運動と心理 (1)基礎理論 (2)スポーツ選手の競技力向上への活用 (3)一般人の健康増進への活用	尖戸涉 (東海大学 非常勤講師)
11:40~13:10 (1.5h)	運動生理学 (1)呼吸循環器系・エネルギー代謝と運動	榎本泰介 (大阪教育大学 准教授)
14:00~16:00 (2h)	機能解剖 (1)上肢(2)脊柱と胸郭(3)下肢	大山卡圭悟 (筑波大学 准教授)
16:10~17:40 (1.5h)	運動生理学 (2)骨格筋系・神経系・内分泌系と運動	石井直方 (東京大学 教授)
17:50~19:20 (1.5h)	バイオメカニクス (1)基礎理論 (2)スポーツ及びトレーニング動作のバイオメカニクス	若山章信 (東京女子体育大学 教授)

8月4日(日)7時間

時間	科目	講師
9:30~11:00(1.5h)	運動と医学 (1)救急処置法 (2)スポーツ選手の整形外科的傷害と予防	山本利春 (国際武道大学 教授)
11:10~13:10(2h)	運動と栄養 (1)基礎理論 (2)スポーツ選手の競技力向上と栄養 (3)一般人の健康増進と栄養	村田浩子 (十文字学園女子大学 准教授)
14:00~15:00 (1h)	体力学総論	長谷川裕 (龍谷大学 教授)
15:10~16:10 (1h)	運動指導の科学	
16:20~17:50(1.5h)	運動と医学 (3)生活習慣病とその予防	藤田和樹 (大阪大学 准教授)

### ■専門科目

8月17日(土)8時間

時間	科目	講師
9:30~11:00(1.5h)	傷害の受傷から復帰までのトレーニングとプログラム	福田崇 (筑波大学 助教)
11:10~12:10(1h)	トレーニング指導者の役割	有賀誠司 (東海大学 教授)
13:00~14:30(1.5h)	筋力トレーニングのプログラム作成・筋力トレーニングの実際	
14:40~16:10(1.5h)	パワー向上トレーニングの理論とプログラム作成 パワー向上トレーニングの実際	菅野昌明 (愛知学院大学ラグビー部 コンディショニング・ディレクター)
16:20~17:20(1h)	トレーニング計画の立案(総論)	長谷川裕 (龍谷大学 教授)
17:30~19:00(1.5h)	トレーニング効果の測定と評価 測定データの活用とフィードバックの実際	

8月18日(日)7.5時間

時間	科目	講師
9:30~11:00(1.5h)	ウォームアップとクールダウン・柔軟性向上トレーニングの理論とプログラム作成 ウォームアップとクールダウン・柔軟性向上トレーニングの実際	有賀雅史 (帝京科学大学 教授)
11:10~12:40(1.5h)	スピード向上トレーニングの理論とプログラム作成 スピード向上トレーニングの実際	伊藤良彦 (株式会社R&S COMPANY)
13:30~15:00 (1.5h)	特別な対象のためのトレーニングとプログラム	藤田和樹 (大阪大学 准教授)
15:10~16:40(1.5h)	有酸素性及び無酸素性持久力向上トレーニングの理論とプログラム作成 有酸素性及び無酸素性持久力向上トレーニングの実際	山内武 (大阪学院大学 教授)
16:50~18:20 (1.5h)	トレーニングの運営・運動指導のための情報収集と活用	守田誠 (旭化成株式会社)