

とちぎスポーツ医科学センター(TIS)人材育成事業②
令和3(2021)年度 認定指導員第1期養成講習会

1 目的

とちぎスポーツ医科学センター(以下、「TIS」という)では、日々、トップアスリートを対象にしたトレーニング・リハビリテーション指導のサービスを提供している。しかし、このような貴重な環境・現場は、県内および国内を見ても数少ない現状にある。そのために、競技スポーツに特化したトレーニング・リハビリテーション指導を行える人材は、未だ数少ない。このことから、2022年に開催される「いちご一会とちぎ国体」に向けて、競技力向上を周囲から支える人材、競技スポーツを対象にしたトレーニング・リハビリテーション指導を行える人材、などを育成していく事は重要な課題であると考えられる。

本講習会の目的は、TISで実施しているトレーニング・リハビリテーション指導方法を学ぶこと、一定基準の技能を獲得した者に、活動の場を提供すること、これらの活動を通して、競技スポーツにおけるトレーニング・リハビリテーション指導を行える人材を育成していくこととする。

2 主催

公益財団法人栃木県スポーツ協会 とちぎスポーツ医科学センター

3 受講者〈受講基礎資格〉

《 必須条件 》

令和3年4月1日現在、満18歳以上で、下記事項に該当する栃木県在住者

- ・認定指導員に認定後、TISでの実際の業務に携われる者
- ・スポーツ・医療系の大学・短大・専門学校在学中(4年生)もしくは卒業、卒業見込みの者
- ・筋力トレーニングの実践経験及び指導経験のある者
- ・NSCA-CSCS、NSCA-CPT、NASM-PES等資格保有者もしくは、資格取得を目指す者

※学生の場合、別紙担当教員推薦状を、とちぎスポーツ医科学センターへ郵送してください。

推薦状が無い学生の受講はできませんので、ご注意ください。

(郵送先) 〒321-0152 栃木県宇都宮市西川田4-1-1 カンセキスタジアムとちぎ内

とちぎスポーツ医科学センター 主任 宛

〈 受講者定員 〉

受講者は、10名程度とする。※5名以上の申込がない場合、開催を見送らせていただきます。

〈 受講者の決定 〉

原則先着順とする。定員以上の申し込みがあった場合は、とちぎスポーツ医科学センターにて精査し、受講可否を本人へメールで通知することとする。

4 養成科目及び実施方法

- (1) 事前説明会……………1時間(1時間×1日間、オンライン開催)
- (2) 養成講習会(座学+実技)…27時間(3時間×9日間)
- (3) 実技試験……………3時間(3時間×1日間)

5 認定試験

講習に基づく実技試験を実施する。

- (1) 実技試験は、一定の習熟度を判定し、TIS において審査する。
- (2) 実技試験に合格した者を「TIS 認定指導員養成講習会修了者」として認める。

※実技検定にて不合格になった場合、受講料の返金はいたしません。ご理解いただいた上でお申込ください。

6 認定及び登録

- (1) 所定の養成講習会を全日程受講し、実技試験に合格した者に「修了証明書」を発行し、認定指導員登録を完了した者を、「TIS 認定指導員」として認め、「認定証」を交付する。
- (2) 認定指導員の登録後、TIS が実施する「トレーニング・リハビリテーション指導」を、TIS スタッフと共に実施する。
その際の報償費、旅費、その他にかかる経費については、公益財団法人栃木県スポーツ協会規程に基づいて支払うこととする。
- (3) なお、登録における認定資格の有効期限は2年間とし、本資格を更新しようとする者は、資格有効期限内に TIS 主催事業を必要数の受講及び TIS にて実施する「トレーニング・リハビリテーション指導」を 15 日以上参加しなければならない。

7 開催期日

- (1) 事前説明会

第1日目 令和3年 11月14日(日) 17時00分～18時00分(予定)

第2日目 令和3年11月 21日(日) 17時00分～18時00分(予定)

<内容>

本講習会の目的や内容について

※原則、オンラインでの参加とします。説明会中、必ず画面をオンにし、ご自身の所属・お名前をフルネームで表示していただき、ご参加いただきます。

(例)とちぎスポーツ医科学センター__定巢 太郎

※事前説明会の定員は設けませんが、養成講習会の定員は 10 名となります。定員以上の申込があった場合は、TIS にて精査いたしますので、事前説明会を受講いただいても、申込状況によっては必ずしも講習会を受講できるわけではございません。あらかじめご了承ください。

※事前説明会の受講にあたって、教員推薦状の提出は不要です。(学生の場合のみ)

※事前説明会に参加がない場合、養成講習会には参加ができませんのであらかじめご注意ください。

- (2) 養成講習会(基礎科目カリキュラム)

令和3年 12 月 ～ 令和4年3月

No	月	日	理論編内容(座学1時間)	実技編内容(実技2時間)
1	12	4	Strength&Conditioning としての考え方・ポリシー、S&Cトレーニングの基礎知識	スクワット、ベンチプレス、補助の方法、セッティング
2	12	19	プログラムデザイン基礎、ピリオダイゼーション総論	デッドリフト、チンニング+補助種目
3	1	15	トレーニングにおける生体エネルギー論、内分泌系の応答の基礎	RDL、フロントスクワット+補助種目
4	1	23	スポーツ栄養の基礎	クリーン&ジャーク+補助種目
5	1	30	レジスタンストレーニングのバイオメカニクス基礎(座学+実技)	
6	2	6	有酸素性持久力、無酸素性持久力の基礎	中間復習①
7	2	11	総括ディスカッション	
8	2	19	スピード、アジリティトレーニングの基礎	中間復習②
9	3	5	プライオメトリックトレーニングの基礎	スナッチ+プライオ
10	3	13	認定試験(筆記試験、トレーニングプログラム作成、BP・SQ MAX 測定、他)	

(3) 認定試験

令和4年3月 13 日(日) 17時00分～20時00分(予定、試験内容は当日発表します。)

8 会 場

〒321-0152 栃木県宇都宮市西川田4-1-1 カンセキスタジアムとちぎ内

とちぎスポーツ医科学センターパフォーマンスルーム、他

(感染症等による開催の延期などが生じた場合は、受講者へ事前に連絡いたします。)

9 参加料

■認定指導員

30,000 円

10 申込方法

(1) 事前説明会 (定員なし)

《 申込期間 11月2日(火)～11月13日(土) 》

とちぎスポーツ医科学センターHP(<https://tis.or.jp>)より Google フォームにてお申込みください。

(2) 養成講習会(定員 10 名程度)

《 申込期間 11月22日(月)～11月28日(日)必着 》

※申込フォームは、事前説明会の最後に画面上に掲載させていただきます。

※お申込みの際のメールアドレスはパソコン等でも使用できるものをご登録ください。また、ご登録いただいたアドレス宛へ講習会や TIS に関する情報を送信いたしますので、お間違のないようご注意ください。

※学生の場合、お申込みに加えて、別紙担当教員推薦状を、TIS へ郵送してください。

11 その他

- ・講習会に関するご質問は、TIS ホームページの「お問い合わせ」フォームよりご質問ください。
- ・駐車場は北第3駐車場が最寄り駐車場となります。(駐車場は有料となります。2時間までは無料。)
- ・新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、更衣室、シャワールームはご利用いただけません。
トイレでのお着替えもご遠慮いただいておりますので、あらかじめご理解のほどお願いいたします。
また、新型コロナウイルス感染症の状況により、開催を中止、もしくは延期する場合がございます。