

公認スキー・スノーボードコーチ1

区分	カリキュラム内容		時間数		
	No.	科目	集合	その他	計
① 基礎理論	①	スノースポーツ(競技)の歴史	2 h	4 h	6 h
	②	SAJの組織体制と事業紹介			
	③	競技別強化拠点			
	④	SAJが考える望ましい指導者像	0 h	1 h	1 h
	⑤	指導計画とその実行	0 h	2 h	2 h
	⑥	ゲレンデ、スポーツ施設における安全管理	0 h	2 h	2 h
	⑦	スキー・スノーボードにおけるアンチドーピングとは	0 h	1 h	1 h
	⑧	ICRの基礎・SAJルール(国体ルール等)	0 h	1 h	1 h
	⑨	競技規則と運営	0 h	1 h	1 h
	⑩	ケガをしない体づくり	0 h	2 h	2 h
		<b>小 計</b>	<b>2 h</b>	<b>14 h</b>	<b>16h</b>
② 実技	①	救急救命法、応急処置	2 h	0 h	2 h
	②	基礎エクササイズ	2 h	0 h	2 h
		<b>小 計</b>	<b>4 h</b>	<b>0 h</b>	<b>4 h</b>
		<b>6h</b>	<b>14h</b>	<b>20h</b>	