

2024年度 B級指導員養成講習会（埼玉県開催）スケジュール

（2024年9月1日）

| | 時間 | 項目・単元名 | 学習方法 | 講師・担当 |
|---------|------------------------|------------------------------------|------|-------------|
| 1 | 9:00～9:30 (0.5時間) | 開講式・受講ガイダンス | － | 埼玉県ドッジボール協会 |
| 2 | 9:30～11:00 (1.5時間) | スポーツインテグリティー (選手理解の重要性) | 座学 | 埼玉県ドッジボール協会 |
| 3 | 11:00～12:30 (1.5時間) | スポーツにおける食事と健康 | 座学 | 木俣さん（管理栄養士） |
| 休憩（昼休み） | | | | |
| 4 | 13:15～14:45 (1.5時間) | ドッジボールの競技力向上のための トレーニング | 実技 | 埼玉県ドッジボール協会 |
| 5 | 14:45～16:15 (1.5時間) | メンタルトレーニング (プレイヤーの心身のケア・メンテナンス) | 座学 | 埼玉県ドッジボール協会 |
| 6 | 16:15～17:45 (1.5時間) | チーム経営計画の作成・課題説明 (短期指導計画等の作成) | 座学 | 埼玉県ドッジボール協会 |
| 7 | 17:45 | 閉講式、解散 | － | 埼玉県ドッジボール協会 |

※ 昼休み以外の休憩は適宜設けます。

※ スケジュールは講師都合等により変更になる場合があります。