

# 日程表

日程	第 1 日			第 2 日			第 3 日			第 4 日			
期日	9月16日(日)			10月20日(土)			11月11日(日)			12月2日(日)			
会場	出雲市立第二中学校			出雲市立第二中学校			松江市立湖北中学校			松江市立湖北中学校			
時間	基礎理論 実技 指導実習	科目名(時間)	講師 (助手)	基礎理論 実技 指導実習	科目名(時間)	講師 (助手)	基礎理論 実技 指導実習	科目名(時間)	講師 (助手)	基礎理論 実技 指導実習	科目名(時間)	講師 (助手)	
7:00												7:00	
8:00		開講式8:00~8:30											8:00
9:00	基礎理論	日本バレーボールの歴史 (2h) 8:30~10:20	恩田 保	実技	救急法講習(2h) 8:30~10:20	川本晃平	基礎理論	6・9人制のルール (2h) 8:30~10:20	中谷壮志	実技	基本技術実習(攻撃) (1h/3h) 8:30~9:20	中谷壮志	9:00
#####	基礎理論	練習計画の立案(2h) 10:30~12:20	中谷壮志	実技	バレーボールに必要な体力 トレーニング(2h) 10:30~12:20	中谷壮志	実技	基本フォーメーション9人制 (2h) 10:30~12:20	恩田 保	実技	基本技術実習(守備) (3h) 9:30~12:20	恩田 保	#####
#####		昼食・休憩 12:30~13:30			昼食・休憩 12:30~13:30			昼食・休憩 12:30~13:30			昼食・休憩 12:30~13:30		#####
#####	指導実習	ウォーミングアップとクーリングダウン 実習(1h) 13:30~14:30	中谷壮志	基礎理論	初心者導入法(2h) 13:30~15:20	宮廻 繁	実技	基本フォーメーション6人制 (2h) 13:30~15:20	恩田 保	指導実習	基本技術(攻撃・守備) の指導実習(3h) 13:30~16:30	恩田 保	#####
#####	基礎理論	ビーチバレーボールの指導法と 大会運営 (2h) 14:30~16:20	福原大樹	基礎理論	バレーボールの技術論 (攻撃・守備)(2h) 15:30~17:20	恩田 保 中谷壮志	実技	基本技術実習(攻撃) (2h/3h) 15:30~17:20	中谷壮志		検定(1h) 検定員:恩田 保 検定員:中谷壮志、鈴木達也 16:30~17:30		#####
#####											閉講式 17:30~18:00		#####
#####													#####
#####													#####
#####													#####
#####													#####
合計時間	基礎理論(6h) 実技(0h) 指導実習(1h)	合計 7h		基礎理論(2h) 実技(4h) 指導実習(2h)	合計 8h		基礎理論(2h) 実技(6h) 指導実習(0h)	合計 8h		基礎理論(h) 実技(4h) 指導実習(3h)	合計 7h		

※講義区分(基礎理論・実技・指導実習)を必ず区別し、実技・指導実習に助手が付く場合は、助手名も( )をつけて必ず記載してください。

※開始・終了時間を各科目に記載してください。