

第2回トレーニング科学国際集中講座 in Japan プログラムの詳細

日付	時間帯	演題など *講義間の休憩時間; 15分間	概要 or キーワード
11/25 (金)	12:30-13:30	受付	
	13:30-14:00	開会	
	14:00-15:15	① 講義(基礎編): Dr. ハルトマン 相関関係でみるコーディネーション&コーディネーション&テクニック&タクティクス(戦術)	* コンディション抜きにコーディネーションはありえない * 様々な要因の相関関係を探る
	15:30-16:45	② 講義(基礎編): Dr. フォス ジュニア期のスピードトレーニングの重要性とその方法	* トップクラスでの勝敗はスピードとコーディネーションの差で決まる
	17:00-18:15	③ 講義(基礎編): Dr. ポルスター 競技スポーツにおけるリスク想定トレーニングについて	* 競技スポーツで「想定外」という言い訳は通用しない!
11/26 (土)	09:20-09:30	事務連絡	
	09:30-10:45	④ 講義(応用編): Dr. ハルトマン トレーニング法としての両側性とコントラスト法	* コーディネーショントレの一方策「両側性」などの他のトレへの活用 * 「事前質問」(受講申込時記入)の回答
	11:00-12:15	⑤ 講義(応用編): Dr. フォス エレメンタルスピードの診断、そのパフォーマンスへの転換法	* ドイツのクラブやザクセン州陸連などの具体例: 測定多種競技会やタレントテスト * 「事前質問」の回答
	12:15-13:40	昼食	
	13:40-14:55	⑥ 実践レポート1 - LAZ(ライプチヒ陸上クラブ)のトレーニング - ジュニア野球のコーディネーショントレーニング	* 具体的事例の報告を受けて、質疑応答や意見交換(成果と課題を明らかにする) * コメント担当; ハルトマンほか
	15:10-16:25	⑦ 実践レポート2 - フィジカルスクールのトレーニング - 富山市体協の「タレントテスト」	* 具体的事例の報告を受けて、質疑応答や意見交換(成果と課題を明らかにする) * コメント担当; フォスほか
	16:40-17:55	⑧ 実践レポート3 - 心的障害児童のコーディネーション指導 - 動きづくりの授業	* 具体的事例の報告を受けて、質疑応答や意見交換(成果と課題を明らかにする) * コメント担当; ポルスターほか
	18:30-	交流会(希望者)	* とくにレポーターとの交流のほか、講師陣との懇談
11/27 (日)	09:20-09:30	事務連絡	
	09:30-10:45	⑨ 講義(応用編): Dr. ポルスター 複合コーディネーションテストとその活用	* コーディネーションの診断と評価の具体例 * 「事前質問」の回答
	11:00-12:15	⑩ 総括討論 * 全体的な質疑応答など	* 各講義後に寄せられた「質問メモ」の回答を中心に * まとめ
	12:15-12:30	閉会	

ミニワークショップ(講座の合間、別室にて):

1. フォースプレートによるエレメンタルスピードの計測と評価(ドロップジャンプ&タッピング)
2. “バイオインパルサー”による陸上スプリント・スタート反応向上のトレーニング例
3. 「タレントテスト」データ解析用ソフトウェア(予定; プロトタイプ)