

## 平成28年度 基礎水泳指導員養成講習会日程表

時刻	11月3日(木)	11月6日(日)	11月13日(日)	11月20日(日)	11月27日(日)	12月4日(日)
9:00	受付					
10:00	開講式			[各種泳法]		筆記試験 2.5h
11:00	水泳の管理と安全対策 1h	水泳の科学	水泳指導者 水泳指導法	背泳ぎ、潜行	水泳と生活・歴史 1h	
12:00	個人・集団の指導実習 1h	2h	2h	3h	競泳競技規則と審判法 1h	
12:00	昼食休憩	昼食休憩	昼食休憩	昼食休憩	昼食休憩	昼食休憩
13:00	[各種泳法] クロール	[各種泳法] バタフライ	心肺蘇生法	[各種泳法] 個人メドレー	[各種泳法] 個人メドレー	実技試験
14:00	2h	2h		3h	2h	面接試験
15:00	[各種泳法] 平泳ぎ、潜行	[各種泳法] 横泳ぎ		4h		
16:00	3h	3h				
17:00						
18:00	島根県立水泳プール	島根県立水泳プール	鹿島総合体育館	島根県立水泳プール	鹿島総合体育館	鹿島総合体育館