

スケジュール（概要）

ライブチヒ集中講座 “ジュニアトップスポーツにおける認知&運動”

日付	要点	08:30-10:00	1:30-12:00	13:00-14:30	14:30～
		講義	セミナー/実習	評価	訪問、見学など(施設、クラブ他)
2月29日	木	日本発/現地着			
3月1日	金	10:00集合(SR15)	ガイダンス	IAT訪問(未定)	柔道(未定)
3月2日	土	健康・予防 第1回	健康・予防 第2回	健康・予防 第3回	フリー
3月3日	日	エクスカースジョンA ・ 午後ハンドボール観戦(希望者)SC DHfK vs Bergischer SV 会場Leipzig Arena(参考MAP:D)			
3月4日	月	健康・予防 第4回	健康・予防 第5回	健康・予防 第6回	サッカー(未定)
3月5日	火	運動学習 第1回	運動学習 第2回	運動学習 第3回	ハンドボール (“ハンドボールアカデミー”)
3月6日	水	スピード 第1回	スピード 第2回	スピード 第3回	体操クラブ / スイムミル (流水装置)
3月7日	木	運動学習 第4回	運動学習 第5回	運動学習 第6回	アイレンブルク・ジュニア陸上クラブ(未定) / スポーツギムナジウム(未定)
3月8日	金	スピード 第4回	スピード 第5回	スピード 第6回	LAZ (ライブチヒ・陸上クラブ) (未定)
3月9日	土	査定 (修了可否)	課題: 運動学習	課題: 健康・予防	課題: スピード
3月10日	日	エクスカースジョンB			統括 (査定など) : Prof.Maren Witt(マレン・ウィット)03/11 月 現地発/日本着(03/12)
3月11日	月	現地発/日本着(03/12)			* スポーツバイオメカニクス

☆一般的にジュニア育成の“3つのキーワード”は、コーディネーション・スピード・体幹と言われており、それに対応して本講座は以下3つのテーマを設定しています：

テーマ1：健康・予防とそのトレーニング (Prventions training) * 担当講師：Christine Janke(クリスティーネ・ヤンケ)

テーマ2：運動学習とそのトレーニング (Lern training) * 担当講師：Kerstin Schlegel(ケルスティン・シュレーゲル)

テーマ3：スピードとそのトレーニング (Schnelligkeits training) * 担当講師：Gerald Voss(ゲラルド・フォス)

☆各テーマについて、①講義、②セミナーor 実習、③評価を2回ずつ (@90分) 実施します (各テーマにつき第1から第6まで計6回)。

例えば、スピードのテーマでは、①講義の後、②グループに分かれてドロップジャンプなどのテストでデータを集め、そのデータを各グループが分析し、最後にその③評価を行ないます。

☆プログラム内容は実習や実技が多いため、すでにお送りした資料「旅行準備と滞在にかんするアドバイス」に記載の服装類は、とくに実技用の服装 (屋内シューズ、上下トレーナーなど) にご注意ください。

☆④については、現在、各クラブ (サッカーやハンドボール、体操、柔道など) や施設 (国立応用トレーニング研究所やスポーツギムナジウムなど) と調整中です。

そして最後に (3/9)、査定試験が行われ、ライブチヒ大学 (担当：学術研修部) による正式認可を受け、当講座修了の認定証明書が附与されます。

☆日曜日 (-A-と-B-) は、希望者数によりますが、列車あるいはレンタカーなどで古都ドレスデンなどの訪問を行なう用意があります (実費のみ)。現地にてご提案します。

☆動画撮影は、とくに講義については禁止です。それ以外の撮影にかんしては、プライバシー保護を厳守してください。

以上が基本的なプログラムの流れです。詳細や変更は決まり次第お知らせしますが、日程の最終的な確定内容は、ガイダンス(3/1)のさいにご案内します。

以上のように、実践的なプログラムがメインです。

本講座の取り組みは、内容的にもドイツ日本双方にとって初の試みということもあり、不測の事態が発生するかもしれませんが、直ちに事務局 (計4名) が対応します。