

## 別表2 研修会プログラム案

【令和2年度】

第1回（令和2年8月下旬～9月上旬）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	アイスブレイク	コミュニケーションスキル
	自身のキャリアについてプレゼンテーション	プレゼンテーションスキル
2	コーチの職務	コーチの職務
	コーチに必要とされる知識 （専門的知識、対他者の知識、対自己の知識）	コーチに必要とされる知識 （専門的知識、対他者の知識、対自己の知識）
	アスリートセンタードなコーチング	アスリート・センタード・コーチング、リーダーシップスキル
3	自己認識とコーチング哲学の構築	自己認識、コーチング哲学
4	女性コーチを取り巻く課題	女性コーチを取り巻く課題
	成長課題を抽出する	自己認識、向上心、成長的マインドセット、省察的实践者、レジリエンス、本質看取
5	自身の成長計画作成	特性要因分析、システム思考、ピリオダイゼーション、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的实践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	第1回研修会振り返り	-

第2回（令和2年10月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	第1回研修会および間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	コーチング環境を整える（ヒトモノカネ情報、システム）	特性要因分析、ニーズ分析、ステークホルダー分析、アントラージュマネジメント、選手育成システム、情報収集力、ITリテラシー
	安全で安心なスポーツ環境の整備（倫理的判断力、安全管理）	倫理観、コーチング哲学、安全管理、危機管理システム、救急処置
3	チームを取り巻く関係者に理解を深める	特性要因分析、ニーズ分析、ステークホルダー分析、アントラージュマネジメント
	コーチング現場の文化を読み解く	情報収集力、チームビルディング、本質看取
4	コーチ・アスリート関係を構築する	共感力、感情知性、文化的知性、アスリート・センタード・コーチング、リーダーシップスキル
	ファシリテーション実践	観察・傾聴・承認・質問スキル、ファシリテーションスキル、コミュニケーションスキル、アスリート・センタード・コーチング
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的实践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第2回研修会振り返り	-

第3回（令和2年12月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	ビジョンと戦略の立案、強化計画の立案方法	特性要因分析、システム思考、ピリオダイゼーション、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	スポーツ医科学を用いたコンディショニング、ピーキング戦略	スポーツ医・科学活用スキル、情報収集力、情報発信力、ITリテラシー、アントラージュマネジメント
3	アウトカムに基づく練習作成と評価	運動学習理論に基づいた練習構築、スポーツ医・科学活用スキル
	スキル向上を効果的にする練習を組み立てる	運動学習理論に基づいた練習構築、スポーツ医・科学活用スキル
4	プレゼンテーション実践	プレゼンテーションスキル
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的实践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第3回研修会振り返り	-

第4回（令和3年2月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	スポーツ医科学の活用事例	スポーツ医・科学活用スキル、情報収集力、情報発信力、ITリテラシー、アントラージュマネジメント
	スポーツ医科学の活用方法	スポーツ医・科学活用スキル、情報収集力、情報発信力、ITリテラシー、アントラージュマネジメント
3	相手に合わせたコーチングスタイルを選択する	観察・傾聴・承認・質問スキル、共感力、感情知性、文化的知性、形成的評価、フィードバック、コミュニケーションスキル、アスリート・センタード・コーチング
4	女性エリートコーチの資質能力をまとめる I	特性要因分析、本質看取
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的実践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第4回研修会振り返り	-

【令和3年度】

第5回（令和3年6月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	アイスブレイク	コミュニケーションスキル等
	令和2年度研修会全体、令和2年度第4回振り返り、間の学習振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	レジリエンスを育てる	自己認識、成長的マインドセット、レジリエンス、向上心
3	成長課題を抽出する	自己認識、向上心、成長的マインドセット、省察的实践者、レジリエンス、本質看取
	自身の成長計画作成	特性要因分析、システム思考、ピリオダイゼーション、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
4	プレゼンテーション実践	プレゼンテーションスキル
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的实践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第5回研修会振り返り	-

第6回（令和3年9月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	女性特有の課題にアプローチする	スポーツ医・科学活用スキル
3	女性アスリートのライフイベントへの対応	スポーツ医・科学活用スキル
4	ファシリテーション実践	ファシリテーションスキル、コンフリクトマネジメント
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	-
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第6回研修会振り返り	-

第7回（令和3年12月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ	実践コミュニティ
2	自分に合ったプレゼンテーション、ファシリテーション方法	自己認識、ファシリテーションスキル、プレゼンテーションスキル
3	コミュニケーションスキルを磨く	アサーション、共感力、感情知性、コミュニケーションスキル
4	コーチング現場に関わる人の幸福	共感力、感情知性
5	間の学習の目標設定とアクションプランの策定	省察的实践者、アクションラーニング、システム思考スキル、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
	その他、コーチに必要とされる知識	-
	第7回研修会振り返り	-

第8回（令和4年2月）

ブロック	プログラム	
	テーマ	含まれる知識、スキルおよびキーワード
1	間の学習の振り返り	-
	実践コミュニティ I	実践コミュニティ
2	実践コミュニティ II	実践コミュニティ
3	女性エリートコーチの資質能力をまとめる II	特性要因分析、本質看取
4	これからの成長計画作成	自己認識、コーチング哲学、特性要因分析、システム思考、ピリオダイゼーション、プランニング、KPI、アジャイル開発スキル
5	プレゼンテーション実践	プレゼンテーションスキル
	昨年度及び本年度までに行われた全8回の研修会の振り返り	-