

# 技能・技術実践研修カリキュラム

コース番号	コース名	期 間	定員	日数
1850	技能訓練における最新指導法とその実践－限界的訓練法－	令和4年6月22日(水)～6月23日(木)	10	2
開催会場	職業能力開発総合大学校（東京都小平市）	技能・技術分野	共通	
		技能・技術レベル	—	
		技能・技術要素	—	
研修のねらい及び到達目標	正しい訓練法で訓練を行わなければ、効果的な技能者の育成はできません。今まで、訓練法について学んだことはありますか。本研修では、古典的な指導法から最新の指導法まで網羅し、技能五輪国際大会に適した指導法を考察します。 （到達目標） ・効果的な訓練法を実践できる			
最低限必要な知識	技能五輪国際大会の指導経験を有する方。			
研 修 内 容	項 目（予 定）	講義	実技・演習	
	1 熟練技能者育成のための訓練法 （1）古典的訓練法 （2）科学的トレーニング法	1 H		
	2 技能五輪における訓練法とその問題点 （1）訓練事例 （2）問題点の把握	2 H		
	3 限界的練習法 （1）コンフォートゾーンを把握する （2）心的イメージの形成 （3）限界的練習法の効果と実際	3 H		
	4 自身の訓練法を振り返る （1）自身の訓練法の問題点の把握 （2）限界的練習法を取り入れる	2 H	1 H	
	5 訓練計画の策定 （1）限界的練習法による訓練計画の策定 （2）科学的トレーニングの取り入れ			3 H
		8 H	4 H	
リニューアルの概要及びアピールポイント	限界的練習法を技能五輪の訓練に応用する、初めての取り組みを研修を通して習得する初めての研修です。			
研修成果が活用できる職務	職務 1	職務 2	職務の内容	
担当教員（ユニット）	菊池 拓男 外部講師 (情報通信ユニット)			
使用する機器等				
受講者が用意するテキスト（予定）				