

〈別海町総合スポーツセンター指定管理委託主催事業〉
競技力向上セミナー『メンタルトレーニング講習会～こころを育てる指導法～』
勉強会開催要項

- 1 目的 子どもたちのスポーツ現場を支援する、スポーツ少年団や学校部活動、又は地域スポーツに関わる指導者や保護者が、子どもたちの成長段階による心理的課題を知り、競技力の向上及び競技者として、チームの一員として、スポーツを通じてたくましい心身を育てるために必要なことを学ぶ。
- 2 主催 別海町総合スポーツセンター(指定管理者 別海町地域振興財団)
- 3 後援 別海町体育協会 別海町スポーツ少年団本部
別海町スポーツ推進委員会 別海町指導者協議会
- 4 日時 平成 29 年3月 19 日(日) 17:00-18:30
- 5 会場 別海町民体育館(アリーナ)
- 6 内容
 - ・試合やレース等で十分に力を出し切るための(心の)トレーニング法について
 - ・子どもを輝かせる指導方法とは？
 - ・やる気や自信をもてるよう導くために大人(指導者・保護者)がすべきこととは？ など
- 7 講師 **コンディショニング・ラボ 代表 吉田 聡美 氏 (スポーツメンタルトレーナー)**
 - 【資格】 日本カウンセラー協会認定:カウンセラー
日本スポーツ心理学会認定:スポーツメンタルトレーナー
日本心理学会認定:認定心理士
健康・体力作り事業財団認定:健康運動実践指導者
養護教諭
 - 【現在】 スポーツメンタルトレーナーとして活動。ナショナルチームの選手及び団体、プロスポーツ選手や高校生など個人から各競技団体の希望に合わせて指導している。
 - ・トリノオリンピック帯同
 - ・ロンドンオリンピック帯同
 - ・リオパラリンピック大会帯同
 - ・国際大会帯同多数
- 8 対象 スポーツ関係者・教育関係者・スポーツ少年団の指導者・保護者・選手及び興味のある方
- 9 参加料 無 料
- 10 申込先 3月15日(水)までにスポーツセンターへ代表者氏名及び参加者数をご連絡ください。
☎0153-75-2882 fax0153-75-0418
Eメール sports@betsukai-pf.or.jp
- 11 その他
 - ・上靴をご用意ください。
 - ・会場は暖房を入れる予定ですが、寒い場合もありますので暖かい服装でご来場願います。

競技力向上セミナー
メンタルトレーニング講習会
申込用紙

| | |
|------|---|
| 団体名 | 学校名 _____ 学校 _____ 部 _____ 少年団名 _____ 少年団 _____ |
| 参加者数 | 指導者 _____ 名 保護者 _____ 名 その他 _____ 名 合計 _____ 名 |
| 代表者 | 氏名 _____ 連絡先（携帯） _____ |

申込み：別海町総合スポーツセンター
(FAX 0153-75-0418)