



学びの更新は信頼の証！そして指導力向上へ！！

令和8年度第1回福島県スポーツ指導者研修会を開催しました！

令和8年9月13日(日)に、会津大学にて、第1回福島県スポーツ指導者研修会(更新研修会)を開催し、134名が受講しました。

福島県スポーツ指導者協議会では、スポーツ指導者の資質向上と指導活動の充実を図るために年2回のスポーツ指導者研修会(更新研修会)を実施しており、第1回を下記のとおり開催しました。

内 容

講演Ⅰ 「プレーヤーズセンタードなコーチングとメンタルマネジメント」

講師：会津大学文化研究センター 上級准教授
日本スポーツ協会コーチデベロッパー
沖 和砂 氏



講演Ⅱ 「女性アスリートが抱える疾病等への対応」

講師：福島県立医科大学産科婦人科学講座 助手
村松 七生 氏



活動の様子

本研修会は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を更新するための研修会として、また、公認スポーツ指導者のよりよい学びの場として、スポーツに関する最新情報はもちろん、参加者間の情報交換や参加者自身の指導活動について振り返る機会等を提供し、スポーツ指導者としての実践力を高めるとともに指導者間のネットワークづくりに寄与することを目的に開催しています。

講演Ⅰでは「プレーヤーズセンタードなコーチングとメンタルマネジメント」のテーマのもと、コーチングとは何か、プレーヤーを取り巻く環境の整備、将来的なビジョンの構築の3つについて沖和砂氏よりご講演いただきました。QRコードを用いた双方向型の講義スタイルにより、受講者は周囲の意見と自分自身を比較しながら、日々の指導法を見つめ直すことができました。

講演Ⅱでは、「女性アスリートが抱える疾病等への対応」をテーマに、村松七生氏よりご講演いただきました。講義では、ホルモンの影響による女性の身体の変化や、女性アスリートの三主徴(利用可能エネルギーの不足、無月経、骨粗しょう症)の管理について解説がなされました。さらに、参加者を交えたロールプレイも実施されました。与えられた課題に対して主体的に思考を深め、実践的な言葉かけの手法を学ぶ機会となりました。講演後には、積極的な質問が次々と出され、学んだ知識をさっそくこれからの指導に生かそうとする熱心な姿勢が見られました。

本研修が、受講された皆様のこれからの豊かなスポーツ指導の一助となることを願っております。

