福岡県スポーツ協会レポート

公益財団法人
福岡県スポーツ協会
Fukuoka Sports Association

令和５年２月２４日　担当：福岡県スポーツ協会事業課

令和４年度女性アスリート活性化事業「女性アスリート指導者のコーチサミット」２月24日（金）開催の標記研修会についてお知らせします。

今回３名の講師により、令和４年度女性アスリート活性化事業「女性アスリート指導者のコーチサミット」（主催：福岡県選手強化推進実行委員会、協力：（公財）福岡県スポーツ協会、（公財）福岡県スポーツ振興センター、福岡県高等学校体育連盟、福岡県中学校体育連盟）を開催した。

県内の女性アスリートを指導する関係者を対象に会場参加及びオンライン参加によるハイブリット方式にて実施し有意義な研修となった。

中村学園女子高等学校　剣道部監督　岩城　規彦　氏

女性アスリートの指導を通してというテーマに沿って、監督スタートからインターハイ初優勝までの過程や、コロナ禍での取り組み、女子指導についてなど、今まで実践されてきた内容を発表していただいた。剣道を通じての人づくりを目的として指導されており、指導者としての心掛けを学ばせていただいた。

福岡県ウエイトリフティング協会会長　　守　昌宏　氏

現在の指導内容や発掘と育成について、またこれまで育成されてきた女子選手についてなどの実践発表をしていただいた。限界まで練習をさせないことで怪我を防止することや、リカバリーの重要性など競技力向上に必要な考え方を学ばせていただいた。

久留米大学人間健康学部　講師　奥野　真由　氏

「女性アスリートのスポーツ心理学について」というテーマで講義をしていただいた。アスリートに起こりやすいこころの問題を具体的に説明していただき、その際の対処法なども学ぶことができた。また、メンタルトレーニングにおける目標設定の仕方でパフォーマンスが向上することも理解でき、指導者としての視野が広がる講義であった。

今回の研修を通して学んだことをこれからの指導に是非役立て、女性アスリートの競技力向上につなげていってもらうことを期待したい。