

「女性ジュニアアスリートのための指導者研修会」 実施要項

1 目的

本県の女性アスリートが今後さらに活躍していくために、成長期の女性ジュニアアスリートが直面する健康問題を正しく理解し、競技力向上に向けたトレーニング時の課題や配慮について、スポーツ医・科学等の見地から理解を深め、指導者やサポートする側としての資質向上を図る。

2 主催 岩手県

3 共催 岩手県教育委員会 公益財団法人岩手県体育協会

4 後援 岩手県中学校体育連盟 岩手県高等学校体育連盟

5 期日 令和2年2月8日(土) 13:00~15:15(受付 12:30~)

6 会場 サンセール盛岡 〒020-0883 岩手県盛岡市志家町1番10号

7 参加者 (定員60名程度 先着順)

- (1) 現在スポーツ現場で女性ジュニアアスリートに関わる方(指導者、トレーナー、保護者等)
(2) 今後、スポーツ現場に関わる指導者等を目指す方

8 講師および内容(予定)

時間	内容
13:00	開会行事
13:05 ~ 14:05	「女性ジュニアアスリートが直面する問題(仮称)」 (1) ジュニアからシニアへの移行期におけるパフォーマンス低下について (2) 女性の三主徴の復習 ①三主徴とは ②月経調整について(ピルの活用) ③指導者が配慮すべき事 (3) 競技特性におけるスポーツ障害のあれこれ (4) 女子チーム、女性選手との関わり方 ~日本代表女子チームに帯同して~ 講師: 慶應義塾大学医学部スポーツ医学総合センター 整形外科医師 塚原 由佳 氏(日本スポーツ協会公認スポーツドクター)
14:15 ~ 15:15	「女性アスリートのためのフィジカルトレーニング ~ウエイトトレーニングの導入~(仮称)」 (1) NTCでのウエイトリフティングコーチとしての仕事 (2) フィジカルトレーニングとしてのウエイトトレーニング ①基礎基本編 ②女性アスリートに指導する際の注意点 講師: (公財)日本ウエイトリフティング協会強化スタッフ 富田 史子 氏 (元ナショナルトレーニングセンター(NTC)ウエイトリフティング専任コーチ)

9 その他

研修会終了後、塚原医師へのスポーツ医学相談(15:20~15:50)を先着順に受付ます。(希望者は申込み用紙にその旨を記載の事)

10 申込先(問合せ)

別紙申込用紙に必要事項を記載のうえ、FAXまたはメールで申込下さい。

【申込FAX】 019-648-8429(岩手県文化スポーツ部スポーツ振興課内 担当 塚田 宛)

【申込アドレス】 tsukka61@pref.iwate.jp

【〆切】 令和2年1月24日(金)

【担当】 文化スポーツ部スポーツ振興課 競技スポーツ担当(塚田)
〒020-0133 盛岡市青山4丁目13-30 岩手県体育協会会館内
TEL 019-648-8427 FAX 019-648-8429