

メンタルトレーニング・初級編 ～教育現場で使える指導法～

皆さんが関わっている児童・生徒・選手の目は輝いていますか？
毎日、イキイキした表情でスポーツをしているのでしょうか？

テーマは、メンタルトレーニングの理論に基づいた指導法。
「ポジティブに指導するには？」「選手にプラス思考を身につけさせるため
には？」などの疑問にお応えします！
その他、「練習の質を高める方法」や「実力発揮に向けた心理的テクニック
の紹介」もあります！

講師 東海大学体育学部 高妻 容一 教授

メンタルトレーニングの第一人者！

プロフィール

1994年から2001年まで日本オリンピック委員会メンタルマネジメント研
究班員として活躍。現在は、オリンピック選手をはじめプロスポーツ選手、学
校部活動など幅広いアスリートに対してメンタルトレーニングの指導にあたる。



定員 50名程度

参加無料

対象

- ・小・中・高教員
- ・県内スポーツ指導者
- ・サポートスタッフ
- ・指導者を志す方

期日 平成29年5月13日(土)

時間 10:00～16:00

場所 山口県セミナーパーク 102研修室

〆切 5月10日(水)



【お申込み・お問合せ】

公益財団法人山口県体育協会

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター

〒753-8501 山口市滝町1-1 山口県政資料館2階

TEL : 083-933-4697 FAX : 083-933-4699

URL : <http://www.yamaguchi-ikagaku.jp>

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター

検索