

# 平成25年度 第1回福島県スポーツ指導者研修会 会津ブロック研修会

## 「スポーツ指導方法（体罰の根絶を目指して）」「スポーツと栄養」

於いて：10月6日（日）会津若松市 公立大学法人会津大学



開講式において挨拶を行う、越尾咲男新会長  
25年度4月より、前永井祥一会長から引き継ぎ就任されました。どうぞよろしくお願いいたします。

また、前永井祥一会長には二期4年間、大変お世話になりました。

大塚製薬株式会社による情報提供事業  
オフィシャルスポンサーとして、毎回熱中症対策や栄養に関する最新の情報を提供いただき感謝申し上げます。

いつもスポーツ飲料の提供をいただいております。



25年度のメインテーマは、「体罰の根絶」です。昨年末に発覚した大阪桜宮高校における、バスケットボール部員に対する指導者の過剰な暴力による自殺や日本柔道連盟日本代表に対する、指導者の暴力等と日本スポーツ界を大きく揺るがす事件を受けて、われわれスポーツ指導者はどのように指導にあたるべきかを考える機会としていただくために、このテーマを設定しました。



講師の先生は、清水隆一コーチングカレッジ代表 清水隆一先生です。

先生は早稲田大学野球部の主将、熊谷組選手・監督を務め、そこで指導者としてプレーヤーの「自発性を引き出すことの重要性」に気づき、心理学を駆使した指導法を確立しました。

体罰や叱咤激励を用いない、プレーヤーの琴線に触れるコミュニケーションスキルを指導者が身に着けることにより、プレーヤーが変化するとの内容は示唆に富むお話でした。



「スポーツと栄養」について、わかりやすく語る山崎有理子先生



先生の講演は、今年度で3年目になります。多くの指導者にスポーツにおける栄養の大切さを理解していただくために県内3地区すべてでお話をさせていただきました。

先生は県内ただ一人の日体協公認「スポーツ栄養士」です。

今回も、スポーツと食事の関係・適正な食事量・捕食のタイミング、試合に合わせた食事内容・サプリメントなど具体的でわかりやすい内容で、指導者はもちろん、プレーヤーの保護者にも聞いてもらいたい内容でした。