

第1回

女性ジュニア アスリート 指導者講習会

参加
無料



女性ジュニアアスリートを指導する上で発生する課題や疑問に対する事例や症例を提示し解決策を探り、指導者の理解をより深めることを目的としています。

日時

2日間開催 < 9:30から受付開始 >

平成30年8月3日(金) 10:00~15:35 / 4日(土) 10:00~15:40

場所

国立スポーツ科学センター (JISS) 2階 研修室AB 東京都北区西が丘3-15-1

対象

女性ジュニアアスリート(9~18歳)に関わる指導者スタッフ及び関係者

申込締切

平成30年7月3日(火)



講義内容

1日目 8月3日(金)

#1 婦人科 / コンディショニング編 10:10~12:20

講師

中村 真理子 (JISSスポーツ科学部研究員)

高尾 美穂 (イーグ表参道 副院長)

女性アスリートの三主徴及び月経周期とコンディショニングについて

#2 心理編 13:20~15:25

講師

真石 万衣子 (JISS心理グループ専門職員)

西園 マーハ 文 (白梅学園大学 教授)

女性アスリートの成長期におけるこころの発達や心理サポートの事例、摂食障害の発見と早期の対応について

2日目 8月4日(土)

#3 外傷・障害 / トレーニング編 10:10~12:20

講師

半谷 美夏 (JISSメディカルセンター副主任研究員)

緒方 博紀 (JISSトレーニンググループ指導員)

成長期及び女性の運動器の特徴、成長期に起こりやすいスポーツ外傷や障害を踏まえた、女性ジュニアアスリート向けのトレーニングについて

#4 小児科編 13:20~14:10

講師

友利 杏奈 (東京女子医科大学東医療センター小児科)

子供の発育・発達、成長期特有の病気について(症例を交えて)

#5 栄養編 14:20~15:30

講師

石井 美子 (JISS 栄養グループ協力者)

女性ジュニアアスリートの特徴、ウェイトコントロールに関する栄養・食事について

申込
方法

右記のQRコードをご利用ください。もしくは下記サイトをご覧ください。

<http://www.jpnsport.go.jp/jiss/tabid/1276/Default.aspx>

QRコードを読み込めない方、FAX やメールでの申込を希望される方の問い合わせ先

国立スポーツ科学センター (JISS) スポーツメディカルセンター 村上/松永/新宮

TEL : 03-5963-0202 / FAX : 03-5963-0244 / E-mail : josei.shien@jpnsport.go.jp



JAPAN SPORT
COUNCIL
日本スポーツ振興センター

JISS
Japan Institute of Sports Sciences
国立スポーツ科学センター