

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