

令和7年度公益財団法人鳥取県スポーツ協会
スポーツ指導者スキルアップ講習会

開催要項

「スポーツ心理学の基礎」

～ここ一番の実力発揮&本番までの取り組み方～

1. 目的 日頃より、各競技団体においては、それぞれの特性を生かした指導方法により、選手の強化・育成に取り組まれている。本講習会では、有名コーチの指導方法を参考にしながら、より一層の競技力向上を図るとともに、指導場面における障害防止や、指導者が抱える悩み等の解決につながる学びと意見交換の場を提供することを目的とする。
2. 主催 公益財団法人鳥取県スポーツ協会
3. 日時 令和8年3月8日（日）
4. 会場 倉吉体育文化会館 大研修室
5. 日程 受付時間 8時30分～
開始時間 9時00分～
終了時間 11時00分
6. 対象者 公益財団法人鳥取県スポーツ協会加盟競技団体の指導関係者
7. 内容 本研修では、競技場面において多くの選手が抱える「スポーツ不安」について理解を深めるとともに、緊張や不安が実力発揮にどのような影響を及ぼすのかを学ぶ。あわせて、選手の精神面を強化するうえで指導者が果たすべき役割を整理し、モチベーション・集中力・緊張不安を適切にコントロールするための考え方や具体的な関わり方について考察する。選手一人ひとりが心身の状態を最適に整え、試合でピークパフォーマンスを発揮するための指導の在り方を探る。
8. 定員 50名程度
9. 参加費 無料
10. 申込方法 参加申込書（別紙）に記入し、メール、郵送またはFAX
11. 問合せ先 公益財団法人鳥取県スポーツ協会 担当：澤
〒680-8570 鳥取市東町一丁目 220 鳥取県議会棟別館内
TEL：0857-26-7804 FAX：0857-26-8133
E-mail：kyogiryoku@sports-tottori.com