

# 「清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト」共通プログラム

## スポーツ心理学 ～自分の「こころ」について知る・考える～

日 時 平成30年6月2日（土）

18：00～20：00

会 場 長良川スポーツプラザ

2階大会議室

### 1 日 程

18：00～ 全体会（講師紹介・日程説明）

18：05～ 講 義：自分の「こころ」について知る・考える

講 師：<sup>すずき まさし</sup>鈴木 壯 先生

中部学院大学スポーツ健康科学部教授

岐阜大学名誉教授

臨床心理士

スポーツメンタルトレーニング上級指導士



#### 【主な著書】

アスリートのこころの悩みと支援（誠信書房）

スポーツカウンセリングの現場から（道和書院）

スポーツと心理臨床（創元社）

バスケットボールのコートセンス（大修館書店）

バスケットボールのメンタルトレーニング（大修館書店）他

19：20～ 講 義：運動能力測定をトレーニングに活かすために

講 師：調整中

岐阜県スポーツ科学センター（GSSC）研究員

19：55～ 全体会（まとめ・諸連絡）



5/19(土) 配付(キッズ第4期生)  
5/26(土) 配付(キッズ第3期生)

- 2 備 考 保護者席を準備しますので、保護者の方も聴講可能です。
- 3 アクセス スポーツプラザ駐車場が満車の場合は、東側のメドウ駐車場(無料)、メドウ駐車場北側の有料駐車場(3時間まで100円、以降30分につき100円かかります)をご利用ください。

