

協議会だより

平成23年3月31日 第66号

発行・編集 大阪障害者スポーツ指導者協議会 広報部

大阪市東住吉区長居公園1-32 大阪市長居障害者スポーツセンター内

TEL 06-6697-1402 FAX 06-6697-8613

<http://www.v-aid.org/shidousya/>

研修会を行いました (大阪市長居障害者スポーツセンターにて)

平成23年1月16日(日)大塚製薬の方に来ていただき水分補給の役割について経口補水療法のすめのお話をして頂きました。

暑熱環境下では、大量の汗が出て水分と塩分(体液)が失われ、この時失った水分と塩分を適切に補給できないと脱水状態になる。水は生命を保つうえで重要な物質で大きく4つの働きがあります。①栄養素や酸素を運ぶ②老廃物を排泄する③体温を調整する④体のさまざまな機能を維持する

脱水となり体から水分と塩分が不足すると、これらの役割がうまく果たせなくなる。

経口補水療法は、経口補水液を用いて脱水状態を改善させる方法です。

スポーツ指導にあたる場合は熱中症に留意し、失われた成分を補える飲料を選びましょう。という内容の講義でした。

(広報:松浦)

「障害者スポーツの魅力と可能性」

～車いすテニス JAPAN コーチが語る～

財団法人吉田記念テニス研修センター 丸山 弘道 氏

パワーポイント
より抜粋し記載

平成23年1月16日(日)大阪市長居障害者スポーツセンターにて講演を行いました。

Reach Your MAX!

(最大限にベストをつくす)

現場における指導上の留意事項

- ①目的・内容・方法が間違いなく、しかも一体化していること
- ②練習場面を整備すること
- ③指導内容を系統化してとらえること
- ④練習はねらいに即して順序立てること
- ⑤運動の特性を考慮し、運動を組み合わせることで実施すること
- ⑥安全確保に留意
- ⑦表現は具体的にすること
- ⑧十分な運動量を獲得させること
- ⑨形(フォーム)よりも動きに重点をおいて指導すること
- ⑩運動技能の向上には発育や発達を考慮すること
- ⑪欲求を動機づけに活用すること

練習とは?

- ①Systematic(計画的)
- ②Progressive(進歩的)
- ③Continual(継続的)

何を練習で繰り返すのか?

- ①Perception → ②Decision
認知 決定
↑ ↓
- ④Feed back ← ③Action
1) 内的要素 行動
2) 外的要素

セルフイメージを正しくする

- ・選手はどのようにプレーするかを認識する
- ・手本となるような選手(モデル)を見つける
- ・プレーや試合のビデオ撮影
- ・自分に何ができ、どこまでできるかを知る

「質」の高さとは何か?

それは、CONSISTENCY(堅実さ)

※堅実とはしっかりといて危なげのないこと

ACCURACY(正確さ)

「正確さ」ってどういうこと?

・様々な状況下での動き・判断ボールコントロールの「正確さ」

強い選手とは?

確実なことを確実に実行できる選手 言い換えれば 当たり前前の方が当たり前前のできる選手

コーチに必要な能力

★自分のコーチングに対する理念を持つこと

自分が何のために指導しているのか、その結果どのような選手に育てていきたいのか?自分にたいして指導に対する意味づけを決定する

★選手の自己実現をサポートすること

選手自身の持つ可能性や能力を引き出すために、コーチの「選手に対する思い」を信じる・認める・機会を与えることのできる器をもつ

★2011 国際親善女子車椅子バスケットボール大阪大会

平成23年2月3日(木)～5日(土)、大阪市中央体育館で行われました。

観戦に来ている小学生、中学生の声援が会場を盛り上げ、その声援に応えるかのように熱戦が行われました。また、休憩時間などには、大型スクリーンに映る学生のパフォーマンス「♥注入」がひと時の笑顔として楽しましてくれました。

(広報：松浦)

優勝：日本A 準優勝：オーストラリア 3位：カナダ 4位：日本B

★障害者スポーツ大会のお知らせ

第11回 大阪府障害者スポーツ大会

日 程	競 技 名	会 場
5月15日(日)	陸上競技	万博記念競技場
5月21日(土)	水 泳	なみはやドーム
	卓 球	なみはやドーム
	サウンドテーブルテニス	なみはやドーム
5月22日(日)	フライングディスク	ファインプラザ大阪
	アーチェリー	浜寺公園アーチェリー場
5月28日(土)	ボウリング	新大阪イグ ル

第11回 大阪市障害者スポーツ大会

日 程	競 技 名	会 場
5月15日(日)	ボウリング	新大阪イグ ル
5月15日(日)	卓球(サウンドテーブルテニス含む)	長居障害者SC
5月22日(日)	陸上競技	長居第2陸上競技場
	フライングディスク	
5月29日(日)	水 泳	舞洲障害者SC

第6回 堺市障害者スポーツ大会

日 程	競 技 名	会 場
5月8日(日)	陸上競技	金岡講演陸上競技場
5月15日(日)	水 泳	ファインプラザ大阪
5月21日(土)	卓 球	ファインプラザ大阪
5月28日(土)	フライングディスク	ファインプラザ大阪

総会のお知らせ

日時：平成23年4月24日(日) 午後1時～受付

場所：大阪市長居障害者スポーツセンター 会議室1・2

13:30～ 基調講演 「視機能から考えるスポーツ指導」

～「視る」を理解し選手の可能性を引き出す～

講師 大阪府立大学 高等教育推進機構・健康科学

准教授 吉井 泉

15:30～ 総会

(養成講座を受講し、スポーツ指導者の資格を取った方は協議会の会員です。是非、総会に出席してください。基調講演はスポーツ指導においても、自身においても役立つ内容です。)