

学 校 長  
女子バレーボール部顧問殿

東京都高体連バレーボール女子部  
部 長 清 水 直 樹

令和6年度 高等学校運動部活動指導者講習会実施要項

東京都高体連バレーボール女子部では、今年度、「心身の健康とパフォーマンス向上の両立を図るコーチング～女性アスリートのコンディショニングの基礎知識～」をテーマに講習会を開催いたします。  
つきましては、趣旨ご賛同のうえ顧問の先生にぜひご参加いただきたく存じます。

記

1. 目 的 コンディショニングに関する知識を身につけることは、選手を長期的に育てる視点において指導者や社会にとって重要である。選手に対するハラスメントを防ぐために、指導者の資質向上と選手の健康と成長を重視した取り組みが求められている。これにより、すべての生徒が健康を維持しながら運動やスポーツを継続できる環境を整え、バレーボールの発展に貢献することを目的とする。
2. 日 時 令和6年9月8日（日）
3. 時 程 13：00 受付開始  
13：30 講義及びディスカッション①  
14：45 休憩  
15：00 講義及びディスカッション②  
16：15 質疑応答  
16：30 講義終了
4. 場 所 大成高等学校
5. 参加費 無料
6. 内 容 主題「心身の健康とパフォーマンス向上の両立を図るコーチング」  
～女性アスリートのコンディショニングの基礎知識～
7. 講 師 須永 美歌子氏  
日本体育大学児童スポーツ教育学部 学部長 教授  
運動生理学研究室  
日本オリンピック委員会強化スタッフ（医・科学スタッフ）  
日本陸上競技連盟科学委員
8. 申 込 次のいずれかの方法でお申し込みください。  
Microsoft Forms：URL 又は、QR コードから  
<https://forms.office.com/r/Uxe8qVmqv3>
9. 連絡先 〒120-0001 東京都足立区大谷田 2-3-5  
東京都立足立東高等学校 江原 ミナ子  
メール：Minako\_Ehara@member.metro.tokyo.jp

