



投稿日 2025-01-20

【1252プロジェクト】「生理×スポーツ」指導者向け研修を「日本ダンススポーツ連盟 ブレイクダンス本部」にて実施しました！

Supported by  日本 THE NIPPON 財団 FOUNDATION

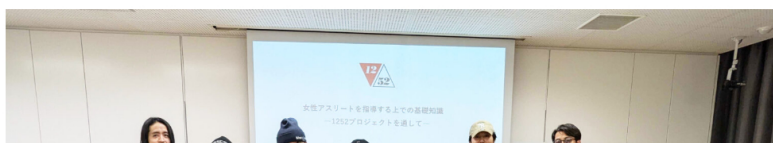
2024年12月14日(土)、日本ダンススポーツ連盟ブレイクダンス本部にて、「生理×スポーツ」をテーマにした指導者向け研修を実施しました。

本研修は、日本ダンススポーツ連盟ブレイクダンス本部がブレیکنの次世代育成・普及に向け開催した指導者資格研修会の1セッションとして実施されました。ブレیکنは男性指導者が多く、女子アスリートの生理課題について重要性を認識しているものの、指導者としてどのように接するべきか、適切なサポートが提供できるかが課題になっているとのこと。



【生理×スポーツ】の話をする伊藤華英】

研修は和やかな雰囲気の中、女子アスリートが抱える生理の問題・リスク・解決策などをお伝えし、グループワークでは、参加した指導者の皆さんが日ごろどのような課題に直面しているのかをシェアしました。グループワークでは、「女子選手が生理の課題を抱えているかどうか分からない状態」、「生理の問題を抱えて大会で良いパフォーマンスを上げられなかった生徒がいて、指導者として気づいてあげられなかったことが悔やまれる」など、現場で感じていることを率直に話してくださいました。皆さん選手思いで素敵な先生、コーチだと感じました。今回の研修をきっかけに、このテーマについて少しずつコミュニケーションをとり、コンディショニングが上手くいくようになると良いですね！



日本語 ▾

Search

Search... 🔍

Recent Posts

「スポーツを止めるな」災害支援活動 JOC「TEAM JAPAN」アスリートと3月29日に輪島市門前町で活動を実施 復興への想いを持ったスポーツ界と被災地をつなぐ災害支援活動を始動 石川県×スポーツを止めるな「包括連携協定」締結 スポーツを止めるなは国際女性デーの理念に賛同します ローザンナ国際バレエコンクール 2025を訪れて 【1252プロジェクト】スポーツを止めるな理事の大山加奈と産婦人科医 宮川三代子さんが三重県・三重県スポーツ協会主催の講演会に登壇しました！

Recent Comments

Archives

- 2025年3月
- 2025年2月
- 2025年1月
- 2024年12月
- 2024年11月
- 2024年10月
- 2024年9月
- 2024年8月
- 2024年7月
- 2024年5月
- 2024年4月
- 2024年3月
- 2024年2月
- 2024年1月
- 2023年12月
- 2023年10月
- 2023年9月
- 2023年7月
- 2023年6月
- 2023年5月
- 2023年4月
- 2023年3月
- 2023年2月
- 2023年1月
- 2022年12月
- 2022年10月
- 2022年9月
- 2022年8月
- 2022年7月
- 2022年6月
- 2022年5月
- 2022年4月
- 2022年3月
- 2022年2月
- 2022年1月
- 2021年12月
- 2021年11月
- 2021年10月
- 2021年9月
- 2021年8月



【研修を受けた皆さんと記念撮影】

研修後感想アンケートでは「まずは所属している子供たちや保護者たちとのコミュニケーション、お互いの認識のすり合わせから始めてみようと思った」「女性アスリートへの上手な声掛け等、気をつけていこうと思った」とコメントを頂きました。

聴講して下さった指導者や関係者の皆様、ありがとうございました！
ブレイキングの更なる普及・発展と、選手・生徒の皆さんがより良いパフォーマンスを上げてくれることを願っています！！

1252プロジェクトでは、今後も様々な競技において指導者向け講義を行い、女子アスリートがより活動しやすくなるよう環境づくりを目指してまいります。

関心のある方はぜひお気軽に1252@spo-tome.comまでお問い合わせください。

【1252プロジェクト】

▼公式HP

<https://spo-tome.com/1252-top/>

▼YouTube | トップアスリートの生理にまつわる体験談「Talk up 1252」

<https://youtube.com/playlist?list=PLa7LJewGWJP3Gc0azsTXYSaCOgcfyBBW&si=qgZM-rMKdXgWnAhl>

▼インスタグラム | 1252 Playbook

「スポーツ×生理の新しい教科書」をコンセプトとした教育コンテンツ、「1252 Playbook (プレイブック)」を配信しています。ぜひご覧ください。

1252project公式アカウント@1252project

<https://www.instagram.com/1252project/>

▼検定 | 1252公認 女子アスリートコンディショニングエキスパート検定

女子アスリートを指導する上で必要な知識を問う検定。

トップアスリートを指導する指導者から学校教員、保護者、アスリート本人まで、女子スポーツ関係者に広く知識を身につけてもらうことを目的に、2階級の資格検定を設けています。

女性特有の月経課題を中心に、女子アスリート×生理に関する正しい知識の習得を目指します。

▽検定詳細はこちら

<https://1252expert.com/>

【第3回 1252公認 女子アスリートコンディショニングエキスパート検定】

日 程：2025年3月1日（土）～3月14日（金）

申込期間：2025年1月7日（火）～2月21日（金）

※コンビニ決済の申込期間は、2月14日（金）16時までとなります。

対 象：

1級：女子スポーツの指導者として専門性の高い知識を必要とする方
（女子スポーツの専属コーチ、指導者など）※2級認定者のみ受検可

2級：女子スポーツの指導に関わる全ての方
（女子運動部の教員、学校教員、保護者など）

内 容：テキストブック「1252公認 女子アスリート コンディショニング エキスパート検定」より出題。
女子アスリートに関わる スポーツ環境の基礎データ / 医学 / 運動生理学 / 栄養学 / アンチ・ドーピング / ストレngths & コンディショニングとケア / コミュニケーション など

▼テキストブック | 『1252公認 女子アスリートコンディショニングエキスパート検定』

女子アスリートを指導する上で必要な知識を問う、1252公認 女子アスリートコンディショニングエキスパート検定（1・2級）の出題範囲を網羅したテキストブックです。

紙版販売場所：

▽1252エキスパート検定WEBサイト

<https://1252expert.com/products/detail/53>

▽Amazon

<https://www.amazon.co.jp/dp/4491053758>

※全国の書店、およびオンライン書店でも購入可能です。

電子版販売場所：

▽Amazon Kindle

<https://amzn.asia/d/02b8MceQ>

Categories

1252

お知らせ

コラム

メディア

リリース

2021年07月

2021年7月

2021年6月

2021年5月

2021年4月

2021年3月

2021年2月

2021年1月

2020年12月

2020年11月

2020年10月

2020年9月

2020年8月

2020年7月

2020年6月

2020年5月



©スポーツを止めるな All Rights Reserved.

