

フィールドワークによる スポーツ支援の在り方を探る

東山明子
ゼミナール

目的

スポーツメンタルトレーニングやメンタルサポートの知識と技術を学び、実践する応用力を養い、スポーツ支援の方法・方略を探求する。

昨年度の活動内容

フットサル大会 神戸グリーンアリーナ神戸カップ

NPO神戸アスリートタウン
クラブ



参加チームや優勝チームにインタビューを行い、撮影し、フットサルの魅力や楽しさをSNSなどで発信できるように動画を編集。



スポーツウェルネス吹矢大会

一般社団法人日本スポーツウェルネス吹
矢協会・大阪府協会



関西大学選手権大会では運営に携わり、準備会議にも出席。大会当日は、選手のコース誘導やスコア提示、心理測定ブースの設営・運営も行った。懇親会の司会も務めた。



スポーツ選手への メンタルトレーニング

東大阪スタジアム(HOS)
バスケットチーム



HOS所属バスケットボール選手へのメンタルトレーニング・メンタルサポートを実施。選手1名に対してゼミ生学年合同で2-3名が担当し、選手一人ひとりに合わせたサポートを行った。

サポート 内容

- ・ラポールの形成とインタビュー面接(情報収集)
- ・心理アセスメントによる長所・短所の把握, 心理的競技能力診断検査
- ・目標設定
- ・リラクゼーションスキルの習得



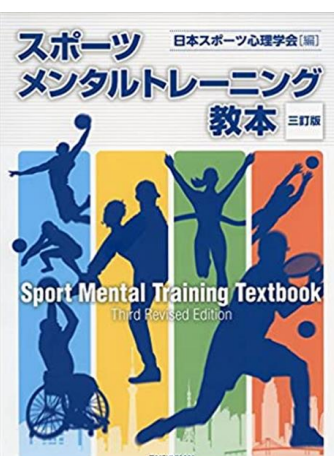
今年度の活動内容

前期の活動

1人ひとりに担当を割り振り、テキストのページを読み込みレジユメを作成



初めて見る語句もあって苦労しましたが、頑張って作りました!



後期の活動

☆第三回関西学生SW吹き矢選手権
運営(リモート開催)

選手としても参加
メンタルトレーニングの実践

☆HOSスイミングクラブ選手コースを対
象としたメンタルトレーニングの実施