

群馬県サッカー協会スポーツ医科学講演会報告

1. 期 日 2019年8月25日(日)
2. 会 場 フットボールパーク高崎(高崎市吉井町池1965-1)
3. 日 程 (トレセンコーチ研修会)
8:30~9:00 受付
9:00~10:20 講義(JFAインストラクター)
10:30~12:00 講義・実技(メディカル:スポーツ医科学講演会)
12:00~13:00 昼食休憩
13:00~16:30 指導実践(JFAインストラクター、47FAインストラクター)
4. 内 容
 - 1) 講義
「成長期・女子サッカー選手に特徴的な外傷・傷害と障害予防について」
群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 医師 鈴木純貴
 - 2) 実技
「サッカー選手の傷害予防・機能改善についてーウォーミングアップ・クーリングダウンー」
群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 理学療法士・JSPO-AT 武井健児
アシスタント: JFAトレセン群馬 U-16 理学療法士 齊藤竜太
5. 参加者 26名(U-12、U-13、U-14の担当者が多数)
群馬県トレセン、クラブ・中体連トレセン、地区トレセンの担当コーチ

6. まとめ

今回、群馬県内のすべてのトレセンコーチを対象に、「トレセン認定制度」のため必ず3回の研修会のうち1回は、受講することが必要である、「トレセンコーチ研修会」の1コマでスポーツ医科学講演会を実施した。第2回(第1回7月27日は申込者が少なく中止)の今回は26名の参加者に対し、JFAインストラクター、47FAインストラクター、GuFAユースダイレクターの前で前述の講義および実技を実施した。

前半は、スタジオ内で「成長期・女子サッカー選手に特徴的な外傷・傷害と障害予防について」スライドを用いて講義を行った。後半は、グラウンドで「ウォーミングアップにおけるムーブメントプレパレーション」をデモを交えながら、参加者で実技を行った。

今回の活動から、群馬県サッカー協会トレセンコーチを通じ、登録指導者、選手、保護者等への外傷・障害予防に関する意識向上を図り、主に成長期および女子選手の健全な育成と競技力向上に寄与していきたい。

作成日 2019年8月29日

作成者 群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 武井健児

群馬県サッカー協会スポーツ医科学講演会報告

1. 期 日 2019年11月10日（日）

2. 会 場 群馬県立前橋工業高等学校（前橋市石関町137-1）

3. 日 程 （トレセンコーチ研修会）
8:30～9:00 受付
9:00～10:20 講義（JFA インストラクター）
10:30～12:15 講義・実技（メディカル：スポーツ医科学講演会）
12:15～13:15 昼食休憩
13:15～16:45 指導実践（JFA インストラクター、47FA インストラクター）

4. 内 容

1) 講義

「成長期・女子サッカー選手に特徴的な外傷・傷害と障害予防について」

群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 医師 鈴木純貴



2) 実技

「サッカー選手の傷害予防・機能改善についてーウォーミングアップ・クーリングダウンー」

群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 理学療法士・JSPO-AT 武井健児

アシスタント：JFA トレセン群馬 U-16 担当 理学療法士 齊藤竜太



5. 参加者 35名（高体連所属、4種所属の参加者が多数）
群馬県トレセン、クラブ・中体連トレセン、地区トレセンの担当コーチ

6. まとめ

今回、群馬県内のすべてのトレセンコーチを対象に、「トレセン認定制度」のため必ず3回の研修会のうち1回は、受講することが必要である、「トレセンコーチ研修会」の1コマでスポーツ医科学講演会を実施した。今回は35名の参加者に対し、JFA インストラクター、47FA インストラクター、GuFA ユースダイレクターの前で前回の8月25日実施と同様、講義および実技を実施した。

前半は、視聴覚室内で「成長期・女子サッカー選手に特徴的な外傷・傷害と障害予防について」スライドを用いて講義を行った。後半は、中庭で「ウォーミングアップにおけるムーブメントプレパレーション」をデモを交えながら、参加者で実技を行った。自チームでも同様の講習会を実施してほしい等の反応が聞かれた。

今回の活動から、群馬県サッカー協会トレセンコーチを通じ、登録指導者、選手、保護者等への外傷・障害予防に関する意識向上を図り、主に成長期および女子選手の健全な育成と競技力向上に寄与していきたい。

作成日 2019年11月12日

作成者 群馬県サッカー協会スポーツ医科学委員会 武井健児