

2018年宮城県リトルリーグ協会 研修会・全体会議

宮城県リトルリーグ協会では、2018年シーズンを控え、所属するリーグの指導者、事務局、女性部長らを対象に講習会、全体会議を2018年1月27日(土)に開催しました。



講習会第1部では、株式会社明治の栄養管理士 高橋様による『効果を高める栄養補給について』と題し、スポーツ栄養学講座を受講。



『スポーツと食のバランス』『・運動、試合前後の栄養の摂取の仕方、考え方』『栄養素の摂取の意味』『栄養バランス、食のバランス』など、ジュニア選手に関して様々な観点から、アドバイスをいただきました。

各リーグの女性部長を中心に毎年栄養講習を開催していますが食の大切さを改めて感じ取らせてもらった内容となりました。

続いては指導者向けに楽天野球団の協力のもと『選手たちの心に響く伝え方などについて』と題し、元プロ野球選手『井上純様(東陵高校出身)』を講師に迎え、ご自身のコーチ経験から得た『選手への要点の伝え方』『気づかせる、考えさせること』『型どおりに押し付けない』など指導者により指導方法も様々で、異なることは当然であるということをお伝えされていました。



ここ近年全国大会で毎年上位成績を残している東北連盟宮城県協会所属各リーグ指導者の方々もこの日行われた講習内容をひとつでも取り入れていただき、今シーズンこそは全国制覇するリーグが出ることを期待し、講習会と全体会議を終了しました。