

# ☆2024年度/グラミーゴ三笠 メンタルトレーニング&進路サポート

## メンタルトレーナー&高校年代の指導者から学ぶ

お世話になります。グラミーゴでは新中学3年生（現中学2年生）対象にオンラインにてメンタルトレーナー&全国の高校サッカー部の指導者の方にzoomにて出演していただきメンタルケアや進路情報提供及び選手としての学習機会を開催しております。

2024年度からの開催に参加する事が決定しましたのでご案内させていただきます。

## 高校年代の指導者から学ぶ

内容

### 1、学校についてのご紹介

所在地、通学方法、生徒数、学科、在校生の主な地域、学校の特色

### 2、サッカー部についてのご紹介

歴史、戦績、所属リーグ、チームの目標やコンセプト、サッカースタイル、部の特長  
年間スケジュール、週間スケジュール、テスト期間の練習の有無、トレーニング内容  
在籍選手数、指導者の数、練習環境、試合環境、進路状況、雰囲気や特色  
部費、遠征の回数や費用、海外遠征の有無、保護者会、育成会の有無  
寮の有無や定員、寮費、食事や生活面についてのサポート体制

### 3、学校説明会、入試の形式、受験方法について

入試の方法、推薦、一般など

学校説明会の有無、サッカー部練習会の有無、開催日時、情報の入手方法

### 4、その他

高校サッカー部のスタッフが感じる高校サッカーに挑むにあたり必要&大切にすべきこと  
中学生のうちにやっておくべきこと、身に付けておくべきこと

高校サッカーをやる意味、価値、高校サッカー部のスタッフから中学生へのアドバイスなど

### 5、質疑応答

【2024年度出演高校】※変更の場合もあります。

中央学院(千葉県)矢板中央(栃木県)米子北(鳥取県)瀬戸内(広島県)聖和学園(宮城県)中京(岐阜県)

近江(滋賀県)京都精華(京都府)富士市立(静岡県)国見(長崎県)明桜(秋田県)高川学園(山口県)作陽学園(岡山県)

盛岡中央(岩手県)日体大荏原(東京都)千葉黎明(千葉県)八戸向陵(青森県)秀岳館(熊本県)今治東(愛媛県)

## メンタルトレーニング

内容

チーム・個人に対するメンタルケア

講師 小泉 隆裕(コイズミ タカヒロ)

### ◆所属

- ・神奈川大学非常勤講師(スポーツ心理学)・東海医療学園専門学校非常勤講師(人間関係学、メンタルトレーニング)・陸上自衛隊外部委託教官 射撃班担当(心理スタッフ)
- ・NPO 法人横浜スポーツ医科学研究会

### ◆経歴

東海大学・大学院と6年間スポーツ心理学およびメンタルトレーニングの実践と研究を行った。大学院修了

後、スポーツ心理学を背景として、アスリート(ジュニア～オリンピック選手まで)や企業に対してメンタルトレーニングの研修及び個別サポートを行なっている。

#### ◆支援実績(過去実績込)

〈法人〉

株式会社 KOMPEITO、明和物産株式会社、LifeStyle 株式会社、株式会社 Gravis、ネットワーク・サービス株式会社、株式会社 ECF、公益財団法人横浜市寿町健康福祉交流協会など

〈スポーツチーム〉

自衛隊体育学校射撃班(ピストル/ライフル射撃)、F.league division1 所属 Y.S.C.C.横浜(フットサル)、東海大学体育会男子サッカー部、TOYOTA YOUNG DRIVERS PROGRAM(Formula:F4)、YAMAHA Formula Blue(カートレース:OK,FS-125,FP3)、REGINA(社会人チアダンス)、アビスパ福岡、ジェフユナイテッド市原千葉 U-11,12、栃木県テニス協会、神奈川県水泳協会、鳥取県体育協会など

〈アスリート〉

Jリーガー(J1,2,3)、陸上競技選手(800m 競技)、柔道選手(オリンピックパキスタン代表)、体操選手(日本代表)、プロウィンドサーファー、GT300 ドライバー等、アマチュア女子ゴルファー、Vリーガー(女子バレー)、フットサル日本代表選手など

〈学校関連〉 神奈川大学(講義名:スポーツ心理学)、東海医療学園専門学校(講義名:人間関係学、心理学概論、メンタルトレーニング、健康増進学)、八王子学園八王子高等学校アスリートコース(講義名:メンタルトレーニング)、神奈川県秦野市立鶴巻中学校、千葉県松戸市立常盤平第三小学校、石川県鳳至小学校、石川県珠洲市立三崎中学校、等

**zoomでの開催になります。各家庭で参加していただきます。**

**(携帯・PC・タブレットでzoomアプリをダウンロードお願いします。)**

**期間 2024年1月～10月**

**メンタルトレーニング 月1回(全10回)**

**高校年代の指導者から学ぶ 月1～2回(全18-19回予定 7/7日最終回)**

**時間 20:00~21:00(変更あり)**

**曜日 土曜日or日曜日(変更あり)**

**☆1月開催日**

メンタルトレーニング 1/19日 18:30-19:30(初回:大安寺西小学校体育館)

高校年代指導者から学ぶ 1/21日 20:00-21:00

プロ選手GKから学ぶ(参加GK2名) 1/14日 20:00~21:00

**※参加費用 年間/¥8,000**

**1/26日(金)に2月分の会費と一緒に引き落としさせていただきます。**

**よろしくお願ひいたします。**