

# 運動が苦手な人を 楽しく運動に引き込む

## ニュースポーツ・ レクリエーション 指導者実践講習会

静岡市  
会場

文部科学省が発表した「スポーツ立国戦略」では、  
成人の週1回以上のスポーツ実施率を65%まで  
引き上げることが示されました。

今、スポーツ・レクリエーション指導者は  
運動が苦手な人も含めてスポーツ好きになってもらうための  
指導法を体得していることが必須となっています。

そこで、本セミナーでは、運動が苦手な人も  
楽しく運動やスポーツに引き込む指導法・指導実技を実習を含め、  
より実践的に学びます。ふるってご参加ください。



シャフル  
ボード



ミニトランポ  
ウォーク



スポーツ  
チャンバラ



### プログラム

#### ① 講義

運動が苦手な人をスポーツ好きにする指導の必要性和考え方  
指導法のポイントと実際

#### ② 実技講習

下記3種目を楽しく伝える指導法  
を学びます。

- ① スポーツチャンバラ
- ② シャフルボード
- ③ ミニトランポウォーク

#### ③ 指導実習

講習の2回目に、1回目に学んだ  
内容を踏まえて、一般の参加者を  
対象に指導実習を行います。

#### ④ 振り返り

指導実習を振り返り、運動が苦手  
な人を楽しく運動・スポーツに引  
き込む指導法のポイントを確認し  
ます。

期日

1回目 平成23年11月5日(土) 9:30~18:30

2回目 平成23年11月6日(日) 8:30~15:00

会場

静岡県総合研修所もくせい会館 体育館 第2会議室

参加費  
無料

主催 公益財団法人日本レクリエーション協会  
静岡県レクリエーション協会

主管 静岡市レクリエーション協会設立準備委員会

後援 静岡県教育委員会 静岡市



スポーツ振興くじ助成事業

# ニュースポーツ・レクリエーション 指導者実践講習会(静岡市会場)

## プログラム

※ラダーゲッターも  
体験のみ行います。

**講義** 運動が苦手な人をスポーツ好きにする指導の必要性と考え方  
指導法のポイントと実際

**実技講習** 下記3種目を楽しく伝える指導法を学びます。

- ① スポーツチャンバラ** 「エア・ソフト」という空気を入れた棒状の剣を使い、チャンバラ遊びを安全に公平に楽しめるように開発されたスポーツ。小太刀、長剣や槍などもあります。神奈川県横浜市で誕生しました。
- ② シャフルボード** 15世紀にスコットランドで生まれたと言われるスポーツ。豪華客船の甲板などで生まれ、アメリカでは1200万人の愛好者がいます。誰もが対等に楽しめます。
- ③ ミニトランポウォーク** 小さなトランポリンの上で楽しくウォーキング。足腰への負担が少なく、短時間で効果的な有酸素運動ができます。静岡県島田市で誕生しました。

**指導実習** 講習の2回目に、1回目に学んだ内容を踏まえて、一般の参加者を対象に指導実習を行います。

**振り返り** 指導実習を振り返り、運動が苦手な人を楽しく運動・スポーツに引き込む指導法のポイントを確認します。

## 期日・会場

**期日** 1回目:平成23年11月5日(土) 9:30~18:30  
2回目:平成23年11月6日(日) 8:30~15:00

**会場** 静岡県総合研修所もくせい会館 体育館 第2会議室

## 参加費

**無料**

## 申込方法・ 申込先

**申込方法** ハガキ、TEL、FAX、メールいずれの方法でも可能。下記参加申込書に  
①氏名 ②性別 ③年齢 ④スポーツ・レクリエーション関連の資格・役職等 ⑤住所  
⑥電話番号 ⑦携帯電話番号 をご記入の上、お申し込みください

**申込先** 静岡県レクリエーション協会  
〒420-0068 静岡市葵区田町1丁目70-1 県青少年会館内  
TEL:054-254-0919 FAX:054-254-0925 メール:info@shizu-rec.com

## 締切

平成23年10月25日(火)必着

## 主催・主管・後援

**主催** 公益財団法人日本レクリエーション協会 静岡県レクリエーション協会

**主管** 静岡市レクリエーション協会設立準備委員会

**後援** 静岡県教育委員会 静岡市

## 参加申込書

氏名		性別	男 ・ 女 (どちらかに○)
資格 (レクリエーション・ スポーツに関する 資格等)		年齢	才
住所	〒	電話番号	
		携帯 電話番号	