

健康体力づくり インストラクター 養成講座

5月11日
申込締切

この講座のおすすめポイント

- 日本スポーツ協会公認「スポーツリーダー」資格の取得が可能です。
- 子どもから高齢者までの運動指導に関する理論と実技を同時に学べます。
- 各種実習も豊富。市内の指導現場を見学できます。

① 趣 旨

スポーツ活動を通して、市民の健康・体力づくりをサポートし、生涯スポーツを推進できる、地域に根ざした人材を養成します。

② 受講対象・条件

- (1)原則横浜市内在住・在勤・在学で、18歳以上の方
(平成30年4月1日現在)
- (2)横浜市内で、現在または将来において地域のスポーツ・レクリエーション活動に携わる方
- (3)講座の8割以上に参加可能なこと(必修は参加)スポーツリーダー既取得及び免除対象の方は、1回目(6月16日)からの参加となります。

※日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を有する者(スポーツドクター除く)または日本スポーツ協会講習会・試験免除適応コース共通科目修了証明書を有する者は、公認スポーツリーダー養成コースにおける講習・試験が全て免除となりますので、受講する必要はありません。

【11.免除措置】参照ください。

- (4)実技・実習に参加でき、必要となるレポート等の提出ができること

※修了された方には、「健康体力づくりインストラクター養成講座」修了証を交付します。

③ 募集人員 40名

※受講者は申込用紙による審査により決定します。

④ 内 容

健康・体力づくり教室の指導に必要な基礎知識と実技を同時に学びながら、各区内の地域活動(高齢者支援事業・子どもの体力向上事業など)や各区スポーツセンターで実施しているスポーツ教室の指導現場の見学等を行います。カリキュラム後半は「指導計画のたて方」、「指導案の作成」「模擬指導」を行います。

⑤ スポーツセンター及び地域活動実習

各区スポーツ支援事業(スポーツセンター活動・学校等で活動予定)に参加し、地域における活動・事業を学びます。

⑥ 講座修了後の活動

当協会から「横浜市スポーツ人材活用システム」の各種指導者研修会の開催(有料)やイベント時の指導協力等の情報を提供します。講座終了後のスキルアップにお役立てください。

⑦ 講 師

全国で健康・体力づくりを実践される団体、また、大学・研究機関の研究者を講師として迎えます。横浜市スポーツ医科学センター医師、理学療法士、公立大学法人横浜市立大学教授、横浜市教育委員会 主任指導主事、公益財団法人横浜市体育協会指導員(健康運動指導士・スポーツプログラマー) 他

⑧ 受講料

19,000円(スポーツリーダー既取得者は9,000円)

※スポーツリーダー講習会受講料(10,000円)を含みます。

⑨ 申込方法

所定の申込用紙に必要事項を記入の上、**平成30年5月11日(金)**までに申込み先まで郵送でお申込みください。

※期日必着・Fax不可とさせていただきます。



● **スポーツリーダー養成講座の受講を必須とします。**

	日時	会場	内容			
必修	6月2日(土) 6月3日(日) 9:00~17:30	スポーツ医学センター (港北区)	スポーツリーダー養成講座(日本スポーツ協会資格取得講習) スポーツ指導者の基礎知識を学びます。 ●免除対象者▶[11 免除処置について]をご参照ください。			
	6月9日(土) 10:00~11:00		1時間の(筆記)検定を行います。			
1	6月16日(土) 9:45~17:00		世代別の運動機能特性について	運動行動変容の理論と実習	障がい者スポーツの現状	
2	6月30日(土) 10:00~17:00		ストレッチ実習	介護予防①(座学)	レクリエーションスポーツ体験	
3	7月14日(土) 10:00~17:00		横浜市の子どもの体力づくりについて(講義)	運動時における効果的な栄養補給について	脳とフィジカルトレーニング	
4	8月4日(土) 10:00~17:00		ロコモティブシンドローム	ハマトレ・はまちゃん体操実習	介護予防②(実技)	
5	原則 8月~10月		お住まいの近隣区 の地域スポーツ事業 会場・地域ケアプラ ザ学校等	地域スポーツ活動実習 当協会の各区地域連携担当者と共に 地域の活動現場で実習(見学等)を行います。 ●実習回数は最低1回~最大2回		
6	午前または午後の 約2時間程度		お住まいの近隣区 のスポーツセンター	スポーツセンター教室実習 スポーツセンターで、行われている 健康体力づくり教室等で実習(見学等)を行います。 ※開講後に、実習先のスポーツセンターと調整のうえ、日程を決定します。 ●実習回数は最低1回~最大2回		
7	9月1日(土) 10:00~17:00		スポーツ医学センター (港北区)	アイスブレイクについて	幼児期・ジュニア期の身体活動について(講義・実技)	
8	10月6日(土) 10:00~17:00	ウォーキング・ジョギング実習		指導計画の立て方	指導案作成・演習	
9	10月13日(土) 10:00~17:00	指導シミュレーション(発表)・閉講式				

⑩ 受講料の納入について

お申込み後に受講決定通知書が届きましたら、所定の方法にて受講料をお支払いください。お支払い方法は決定後、お知らせします。

※受講決定通知書は、

5月18日(金)までに発送します。

⑪ 免除措置について

以下の資格等を有する方は共通科目(スポーツリーダー養成講座)が免除となります。

【申し込み時、資格等を証明するコピーを同封してください】

- ① 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格(スポーツドクター除く)
- ② レクリエーションコーディネーター
- ③ 野外活動指導者(ディレクター1級)
- ④ 健康運動指導士
- ⑤ 免除適応コース共通科目修了証明書取得者
- ⑥ スポーツ少年団「認定員」
- ⑦ 一部の免除適応コース承認校(大学)を卒業した者

※詳細は日本スポーツ協会HPでご確認ください。

⑫ 申込・問合せ先

公益財団法人横浜市体育協会

「スポ・レク講座担当」

231-0015 横浜市中区尾上町6-81

ニッセイ横浜尾上町ビル内

Tel.045(640)0014

Fax.045(640)0024

[平日 9:00~17:00]