

平成30年度

地域スポーツ指導者研修会

平成30年

指導対象者に見合った指導法について学びます

8月4日(土)

富山県総合体育センター 中アリーナ

富山市秋ヶ島 183 番地 TEL：076-461-7138

- ◆日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格 更新のための義務研修
- ◆(公財)健康・体力づくり事業財団「健康運動指導士及び健康運動実践指導者」登録更新履修単位
「講義 3.0 単位」「実技 3.0 単位」が認められています。(プログラムごとに「講義 1.5 単位」「実技 1.5 単位」)

講座1

9:30~12:30 (受付9:00~)

講義90分 実技90分

7/25 (水)

申込締切

【未就学児童・小学生へのスポーツプログラム】

講師：**和田 綾** 氏 (日本Gボール協会 認定マスターインストラクター)

テーマ：キッズ・ジュニアのためのGボール(バランスボール)を使ったダイナミックな運動あそび

内容：・Gボールとは？

- ・こどもをワクワク・ドキドキさせるプレゼンテーション
- ・ボールを使ったコーディネーショントレーニング
- ・体と心と食



講座2

13:30~16:30 (受付13:00~)

講義90分 実技90分

【一般・シニアへのスポーツプログラム】

講師：**長谷田 昌子** 氏 (日本Gボール協会 認定グループ・パーソナルインストラクター)

テーマ：ソフトギムニクを最大限に活用して、快適な身体作り

内容：・ボールの弾力に身体をゆだねてリラクゼーション

- ・動きが軽くなる関節包内運動
- ・ボールの転がりを利用したストレッチ&バランス



Gボールとは、「バランスボール」「エクササイズボール」「体操ボール」「トレーニングボール」「ギムニク(ジムニック)ボール」など様々な名称で呼ばれ、Gボール協会では総称としての「Gball」(Gボール)という名称を提案。これは、このボールの特徴を示す「Giant: 大きい」、「Gymnastics: 体操」、「Gravity: 重力」という3つの単語の頭文字に由来しています。スポーツ選手のコンディショニングやトレーニング、フィットネスクラブや高齢者向け運動教室などでGball(Gボール)の利用が広がり始め動くことの楽しさや心地よさを味わいながら「心と体を一体としてとらえる」という目標が掲げられる。ますます深刻さを増す子ども達の体力低下、生活習慣病の問題、超高齢社会といったわが国の状況を見ても、Gball(Gボール)の活用分野はさらに広がっていくものと考えられます(日本Gボール協会HPより)



【参加費】※参加費は当日受付で集金します

- 1講座1人500円
- 資格更新、認定希望受講される方は、1講座1人1,500円（詳細はその他参照）

【参加対象者】

- (1) 地域スポーツ関係者
- (2) 市町村体育協会・教育委員会・スポーツ団体
- (3) 公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
- (4) 公益財団法人健康・体力づくり事業財団「健康運動指導士」および「健康運動実践指導者」資格保有者

【その他】

本研修会は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格更新のための義務研修となります。
ただし、水泳、サッカー、テニス、バスケットボール、バドミントン、剣道、空手道、バウンドテニス、エアロビック（上級コーチのみ）、チアリーディング（コーチのみ）、プロゴルフ（教師・上級教師）、プロテニス、プロスキー（旧職業スキー）、スクーバ・ダイビング、スポーツドクター、スポーツデンティスト、アスレティックトレーナー、スポーツ栄養士、クラブマネジャー、プロゴルフ（教師・上級教師）、プロテニス、プロスキーの資格者については、別に定められた条件を満たさなければ資格を更新できません。テニスの指導者は1ポイントの実績になります。（平成30年4月1日現在）

• 本研修会は、健康体力づくり事業財団「健康運動指導士」及び「健康運動実践指導者」更新認定講習講座となります。

団体名		※ある方はご記入ください		
連絡先		電話番号 詳細	E-mail	
参加希望講座の受講区分の欄に、資格更新希望者は、更新資格の登録番号を明記ください。資格更新を希望しない方は“一般”の欄に○を記載ください。				
1	ふりがな		講座1	講座2
	氏名	一般		
	指導種目	健康体力		
2	ふりがな		講座1	講座2
	氏名	一般		
	指導種目	健康体力		
3	ふりがな		講座1	講座2
	氏名	一般		
	指導種目	健康体力		

【申込み・問い合わせ】

申し込みに必要な事項を記載し、下記までFAX又はE-mailでお申込ください。

公益財団法人富山県体育協会 普及振興課

TEL：076-461-7138 E-mail：toyama-kouiki@toyama-sports.or.jp