学習内容

スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会の主な学習内容について

スポーツ・レクリエーション概論
スポーツ基本計画におけるスポーツ・レクリエーションとは
スポーツ・レクリエーションをとおした心の元気づくり

スポーツ・レクリエーション支援法
対象者の信頼関係づくりや対象者間のコミュニケーション促進の方法や、アイスブレーキング

生理学・心理学に基づいたスポーツ・レクリエーション活動
幼児期、学童期、高齢期の体の仕組みに合わせた楽しい運動実践や運動実施時の留意点など

スポーツ未実施者に適した種目の習得
スポーツから距離を置いている人にも楽しんでもらいやすい種目の習得と展開の方法

1コマ受講

参加費
1コマ500円

ご自分の活動や仕事に合わせてお好きな内容の講座を受講できます

自分の知りたいことだけ学びたい
全日程参加するのが難しい
そんな方に！

電話または、杉並区スポーツ振興財団のホームページからお申込みください。

資格取得

スポーツ・レクリエーション指導者とは

（公財）日本レクリエーション協会公認資格
レクリエーションの基礎資格として、レクリエーション支援の基本となる知識や技術を持ちながら、スポーツ生理学や心理学に基づいて、スポーツ・レクリエーション活動を普及振興させていく人材。スポーツから距離を置いている人（未実施者）へもアプローチをし、人々の心と体の健康づくり、健康寿命の延伸に寄与する。
※資格取得には、別途17,600円が必要です。取得までの流れについては下記をご参照ください。

「公益財団法人日本レクリエーション協会公認スポーツ・レクリエーション指導者」資格取得までの流れ

01 養成講習会へ申込み
› 02 集合学習に参加 / 通信学習に取り組む / 現場実習に参加
› 03 認定試験に合格する
› 04 講習会修了証が届く
› 05 資格登録申請（登録料17,600円）
› 06 資格証が届く

学習方法

複数の学習方法を組み合わせた受講しやすいシステム

通信学習と現場実習の詳細と学習方法は、
集合学習の初日（１月13日）に説明します。

集合学習
集合学習会場での講習会（４日間）の詳しい日程は裏面をご覧ください。

通信学習（理論科目・実技科目事前課題）
動画教材の視聴や、テキストを活用して自分のペースに合わせて自宅で学習を進めます。

現場実習（事業へのスタッフ参加）
２月４日から３月15日の間に、指定された事業のスタッフとして２回参加します。

学習教材

最新のテキストと、分かりやすい動画でスポーツ・レクリエーションを基礎から学ぶことができます

スポーツ・レクリエーション指導者養成テキスト

通信学習動画

課題プリント

講習修了者には

すぎなみスポーツアカデミー『スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会』の修了条件を満たした方に、区から修了証をお渡します。さらに、希望する方には、区のスポーツ関連情報や活動の場の紹介、スキルアップのためのフォロー研修の案内をメールマガジンでお送りします。
※詳細は講習会でご説明します。

スポーツ・レクリエーション指導者は多様な場で「心の元気づくり」をサポートしています