

長崎県総合型地域スポーツクラブ 広報誌UE～結～なが

No.63

1. 県内総合型地域スポーツクラブ活動紹介

2. ニュースポーツの紹介

3. スポーツ協会からの情報提供

4. スポーツイベント紹介

長崎県広域スポーツセンター
長崎県スポーツ協会
担当:野口 弥生/R4.9発行

1. 県内総合型地域スポーツクラブ活動状況紹介

Yayoiの突撃訪問

令和4年6月12日(日)の午前中、時津町B&G海洋センターで『ときつジョイクラブ』が「パドルテニス教室」を実施されているということでしたので、訪問してきました!!!



～ときつジョイクラブ～

- 種目：パドルテニス教室
- 日時：①日曜日(9:30～11:30)
②水曜日(19:30～21:30)
- 会場：時津北小学校及び時津町B&G海洋センター
- 対象：小学生～高齢者



練習も幅広い年齢層と一緒に楽しむことができます!

【パドルテニス講習会について】

時津町教育委員会の事業、B&G海洋センター開催の教室・講座として実施しており、ときつジョイクラブのスタッフが指導者として講習会を開いています!



他にも、「陸上教室」「健康運動教室」の種目も行っております(*´艸`)

詳しくは『ときつジョイクラブ』公式HPへ!



2. レクリエーションの紹介『ティッシュ箱卓球』

特徴

空のティッシュ箱に手を入れて、ラケット代わりにします！
テーブルの上にボールを転がし、ティッシュ箱を使ってボールを打ち合うゲームです。
1対1ではなく、3人以上の参加者がテーブルを囲み、ボールが落ちないようにラリーを続けます。楽しく上半身の運動ができるため人気です！

- 【概要】
- ・時間：15分
 - ・場所：テーブル
 - ・人数：6～8人
- 【事前の準備】
- ・空のティッシュ箱（人数分）
 - ・柔らかいゴムボール

- 【進行】
- ・参加者はテーブルを囲んで座る。
 - ・参加者は利き手にティッシュ箱に手を入れて、ティッシュ箱をラケット代わりにゴムボールを打つ。
 - ・50回、ラリーが続けられたら拍手

- 【注意】
- ・興奮して血圧が上がらないよう休憩を入れながら行いましょう。
 - ・椅子から転落しないよう指導者がつくようにしましょう。

- 【期待される効果】
- ・上肢の運動を促す
 - ・座位バランスの向上

ティッシュ卓球箱





3. スポーツ協会からの情報提供 「公認スポーツ指導者について」



長崎県
スポーツ協会
公式HP

公認スポーツ指導者とは

公益財団法人日本スポーツ協会及び加盟団体等が、「公認スポーツ指導者制度」に基づき資格認定をする指導者で、スポーツ医・科学の知識を活かし、「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝えることができる資質をもった方です。

指導者養成事業について

公益財団法人日本スポーツ協会が、「公認スポーツ指導者制度」に基づき資格認定をする指導者の養成講習会については、下記のとおりです。

《スポーツ指導者基礎資格》

●コーチングアシスタント

地域におけるスポーツグループやサークル等において、上位資格者を補佐する者として、基礎的なスポーツ指導や運営にあたる方のための資格です。

《競技別指導者資格》

●スタートコーチ養成講習会

地域スポーツクラブ・スポーツ少年団・学校運動部活動等において、必要最低限度の知識・技能に基づき、当該競技の上位資格者と協力して安全で効果的な活動を提供する方のための資格です。

●コーチ1養成講習会（各競技別）

地域スポーツクラブ・スポーツ少年団・学校運動部活動等でのコーチングスタッフとして、基礎的な知識・技能に基づき、安全で効果的な活動を提供する方のための資格です。

●コーチ2養成講習会（各競技別）

地域スポーツクラブ・スポーツ少年団・学校運動部活動等の監督やヘッドコーチ等の責任者として、安全で効果的な活動を提供するとともに、指導計画を構築、実行、評価し監督することと併せて、コーチ間の関わり及び成長を支援する方のための資格です。

《マネジメント資格》

●アシスタントマネージャー養成講習会（令和4年11月26日・27日長崎県開催）

総合型地域スポーツクラブ等において、クラブ会員が充実したクラブライフを送ることができるよう、クラブマネージャーを補佐し、クラブマネジメントの諸活動をサポートする方のための資格です。

受講条件やカリキュラム、受講料などについては、
本紙右上のQRコードからご覧ください！

