

地域運動指導員育成のグランドデザイン

地域運動指導員育成目標

身体を動かす**楽しさ**と**大切さ**を地域で伝える地域運動指導員の育成

～目指す指導員像～

楽しみ・身につけ・つながる地域運動指導員

活動を楽しんでいる

- ・自分が健康である
- ・楽しく活動ができる
- ・一緒に活動できる仲間がいる

健康に役立つ運動に関する知識・技術を身につけている

- ・健康のためにからだを動かすことの大切さを知っている
- ・健康に役立つ運動の方法を知っている
- ・健康づくりのための運動を実践している
- ・個別にまたは集団に対する運動支援・指導技術を身につけている

地域とのつながりを大切にしながら活動できる

- ・地域の人をよく知っている
- ・個別にまたは集団に対して運動支援・指導が実践できる
- ・運動を通して地域の方との交流を図ることができる