

オンライン研修



遊びが運動になる スポーツ・レクリエーション活動



主催 三重県 一般社団法人三重県レクリエーション協会

講師 公益財団法人日本レクリエーション協会



子どもにとっての『遊び』は、心身の発達に大きな影響を与えます。さまざまな動きをとおして、神経系を発達させ、動作を習得していく時期には、体を使った遊びは有効です。この研修では、『遊びが運動になるスポーツ・レクリエーション活動』をたくさん紹介します。代表的なチャレンジ・ザ・ゲームのほか、自宅でも簡単に実施できるおうちで60秒チャレンジの紹介もしています。いろいろな場面で、仲間や家族と運動不足の解消も兼ね、コミュニケーションを図りながら楽しく運動できるプログラムです。

- 対象 17歳以上で、スポーツ・レクリエーションに関心のある方、総合型地域スポーツクラブに関わっている方、地域活動を行っている方など
- 視聴料 無料
- 申込方法 県レク協会へメールでお申込みください。mie-rec@ztv.ne.jp
お申込みいただきましたら、3日以内に動画視聴のURLをお知らせします。
①名前 ②住所(市町名まで) ③年齢 ④レク資格の有無
- アンケート 視聴後、アンケートにご協力いただきます。(A41枚分)
動画視聴URLのお知らせ時にWordで添付しますので、返送をお願いします。



一般社団法人三重県レクリエーション協会
電話 059-246-9800 FAX059-246-9801
メール mie-rec@ztv.ne.jp

