

令和8年度 子どもの運動プログラム EXseed 指導員養成講習会 in 鹿屋体育大学 (夏)

1. 目 的

子どもたちの体力・運動能力向上のための基礎づくりや、保護者を含む働く世代のスポーツ実施機会の拡充を図るため、自重負荷運動で筋力や全身持久力を向上させることが期待できる「Exseed (エクシード)」について指導者を養成し、学校の体育授業の準備運動・補強運動等としての導入や、総合型地域スポーツクラブでの活用促進の機会にする。

2. 主催・実施団体 国立大学法人 鹿屋体育大学

3. 期日・会場

令和8年8月19日(水) 鹿屋体育大学(総合体育館 ダンス練習室)
(14:30~16:30) 〒891-2393 鹿屋市白水町1番地

4. 受講対象者 鹿屋市内またはその近辺の小・中・高・特別支援学校の教諭、講師等、総合型地域スポーツクラブ等で子どもに指導する関係者等(指導者・保護者)を主な対象としますが、関心のある方であればどなたでもご参加いただけます。

5. 受講料 無料

6. 実施内容

(1) 事前学習(※当日までに、ご案内メールの指示に従って各自で受講してください)

【講義】オンデマンド教材による講義(60分) Exseed や子どもの体力・トレーニングについて

【理論試験】Web形式による筆記試験(30分)

(2) 当日(8/19)

【実技・実技試験】

14:00~ 受付

14:30~ 実技Ⅰ: Exseed 動きの実際(60分)

実技Ⅱ: Exseed(Basic)の指導法(60分)

実技Ⅲ: 実技試験(30分)



7. 申込方法

右側のQRコードからお申込みください。

※ お申し込みいただくと、後日「exseed@nifs-k.ac.jp (鹿屋体育大学 Exseed 事務局)」より、事前学習についてのご案内メールをお送りします。

8. その他

講習会を修了し、試験に合格された方には、Exseed 指導員認定証を発行いたします。

認定証発行に際し顔写真が必要ですので、当日に撮影を行います。あらかじめご了承ください。

※持ち物: 動きやすい服装、体育館シューズ、タオル、飲み物、筆記用具等