



一般社団法人日本こどもフィットネス協会主催

## 40Hキッドビクスインストラクターライセンス取得講習会 実施報告

開催日 2015年5月2日(土)～6日(水・祝)【5日間】  
開催場所 FF CLUB 田園調布  
参加者数 40Hキッドビクスインストラクターライセンス取得講習会4名  
講師 協会会長 渡辺 みどり 協会公認教育ディレクター鈴木 弘子・小林 貴美子



### 渡辺みどり先生からのメッセージ

高校生2名を含む4名のコース生とのあっと言う間の5日間でした。GPTOKYO大会現場実習にてかなり疲れている様子でしたが、キッドビクスになると全員に笑顔が戻っていました。最終日の親子キッドビクスレッスンでは、子どもになったり、お母さんになったり、それぞれの気持ちを味わいました。“素”になることとても大事なことを全員で感じ合えました。それぞれのスタートを応援します！



キッドビクスのベースである、親子クラスの基本実践プログラムで基礎を、さらに幼児リズムあそびやフィットネスゲーム、バルーンやボール等の道具を使ったアクティビティなど、バリエーション(応用)たっぷりの実技満載！  
子どもの日スペシャルレッスンでは、子ども達と一緒に実際のレッスンも行い、盛りだくさんの5日間となりました。

インストラクターとして必要な、キネシオロジーや運動生理学、さらに発育発達段階に適した運動プログラムを提供する為に“子どもの心と身体”の理解を深め、また、実際の現場で必要な、スタジオ・サークル運営成功法などの運営面も学べることも、受講生の皆様より好評頂いています。



### 2日目は『全国こどもチャレンジカップ GP TOKYO 大会』の現場実習！

エアロビクス・ヒップホップ・アクティビティ・ファミリーチャレンジ・スクールチャレンジなどなど、演技発表を見て学び、選手や指導者の先生方と一緒にチャレンジサーキットルーティンワークショップに参加、そしてそのあとはキッドビクスレッスン…と、盛りだくさんの1日！

感動あり、笑顔ありの現場実習となりました。



大ベテランのインストラクターさんやこれからの道を模索中の若い世代、色んな背景の方々がそれぞれの思いを抱きながらご参加下さった、長いようであつという間の5日間。ドキドキの修了検定を終え、頑張った5日間を振り返り、笑顔の絶えない修了式・修了パーティとなりました。  
『5日間でこどもフィットネスの素晴らしさを身をもって実感できました。周りの人、多くの人に伝えたいです』…などなど、キッドビクスへの熱い想いを強く感じました。

### 若年層応援システムを利用し受講しました！

～子どもフィットネスの未来を担う若者達のための応援制度～

#### ★若年層応援システム★

若い時の勉強や経験は、以後の人生において、大変大きな意味合いを持っています。若い世代が元気になるように、その時の感動を実際に味わってもらいたいと協会は考えます。若い力が、将来の協会を担うべく、人材育成の一環としてスタートした応援制度です。協会は若い世代の手助け、サポートをしていきたいと考えます。