

けない。

② 楽しさが行動を変える

○大人の学習のしかたと子どもの学習のしかたは大きく違う。大人は、健康のためなどの必要性に基づき運動したり学んだりする

ことが多い。一方、子どもは、おもしろそうだからという興味関心や偶発的な要素の方が強く影響すると言われている。

したがって、子どもの動機付けが重要であり、スポーツを見てカッコいいと感じる外発的動機もあるが、運動それ自体が楽しいと感じる内発的動機を高めていくことが大切である。内発的動機が高まることで、「自分自身で工夫したり」「全力でプレイしたり」「新しい課題や難しい課題に挑戦したり」「より上手にできるようにしたり」という行動になってくる。

③スポーツ少年団の課題

○ルールにこだわりすぎず、自発的な運動を育む環境や仕掛けづくりが求められる。

○子どもたちにとって楽しく興味をもてる活動プログラムの提供などにより、団員減少に歯止めがかかるのではないか。



青野氏による理論研修

第2章から 幼児期における身体活動・運動の意義

①身体活動・運動・体力の現状と問題点

○「絵本」「テレビ」の視聴が10年間で2倍になっているのに、「自転車・三輪車」での遊びが20年間で25%減っていることから、活発にからだを動かす遊びの減少による身体への操作が未熟な子どもが増加している。

○遊び相手がいなかったり、大人と一緒に遊ばなかったりすることも、体を動かす機会の減少につながっている。遊びを通して経験する動きの数も減ってきた。



動画での紹介もおりませ

②幼児期における運動の意義

○体力・運動能力の向上

○健康なからだの育成

○社会適応能力の発達

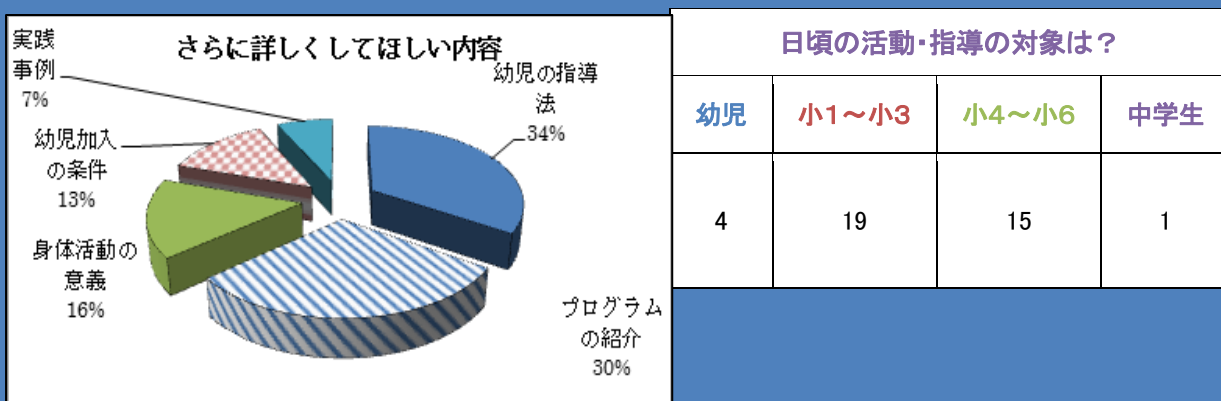
○認知的機能の発達・・・脳の発達・空間認知能力（特に重要）

③ 幼児期の発達特性と基礎的動きの質的評価

- 幼児は、発育発達の個人差が大きい。
- 早生まれの子どもが、個人差があるために、自己有能感が低下していることも見られる。指導者には、この配慮が求められる。
- 運動のパフォーマンス
 - = 運動に必要なからだの能力がどれだけ高いか × 持っている能力をどれだけ使えるか
- 運動の質を高める運動プログラム
 - ・ 効果が期待できる動きの要素があるか
 - ・ 遊んでいる子どもの動きを見取っているか
 - ・ 活動の量だけでなく質にも（多様な動きの経験を）配慮しているか

参加者アンケートから①「さらに詳しくしてほしい講義内容

参加者の6割が幼児の指導法やプログラムの紹介など、実践的な内容を望んでいることがわかる。これは、右下の表のように、指導者の多くは、幼児を対象とした経験が少なく、小学生対象の指導をしている実態であることとも関係している。



(2) 幼児期からのACP（実技）

講師：東京学芸大学 准教授 佐藤 善人 氏



講師の佐藤先生は、「子どもたちが“楽しみながら”“積極的に”からだを動かすことができる。それが『アクティブ・チャイルド・プログラム』。子どもは「遊び」が好きです。好きだから夢中になって遊びます」と語りながら、すぐに実技に入られた。

① アイスブレイキング

○ 料理づくり

自分のからだを材料に見立てて、手で全身をたたく。背中をたたこうとする動作で、自然にからだを動かすことができる。

からだをたたいて（料理づくり）

○キャッチ

最初は、2人組でお互いの指を「キャッチ」の合図でつかむ。次第に人数を増やしていく。参加者からは、盛んに歓声がわいた。幼児の場合、指ではなく、拳にすることで、突き指や脱臼などの防止にもつながる。



隣の人の指をキャッチできる？

○人間知恵の輪

8人程度のグループで円になり、隣の人以外と手をつなぎ、手を離さないようにして、一つの円に戻していく。幼児の場合、どうしても円になれない場合は、無理をさせず、一度手を離してつなぎ直すことも指示したい。



手を離さずに（人間知恵の輪）

この他、グループでできる運動遊びとして、体操リングを使った「輪

くぐり」や「いうこといっしょ、やることいっしょ」などを紹介された。「いうこといっしょ…」では、できないことで多くの歓声がわいた。佐藤先生は、「このようにできなくてもみんな笑顔で運動しています。子どもたちは、普通はできないことで、叱られたり注意を受けたりするものですが、失敗しても楽しいと思える経験が必要で、それが運動遊びの特徴です」と語られた。

○新聞ジャンケン

新聞紙を二人で一枚。指導者とジャンケンをして、負けた二人組は、新聞紙を一回折り、その上に乗る。2度も3度も続けて負けると二人では乗れなくなる。そこで、勝った場合は、新聞紙を開くことができるという条件を付け加える。初めから、すべての条件を示すのではなく、少しずつ条件を変えていくことも興味の持続につながる。



二人でバランスを（新聞ジャンケン）

○爆弾ゲーム

1枚の新聞紙を丸めてボール状にして、相手陣地に投げ合う「爆弾ゲーム」に遊びを広げた。2手に分かれて、丸めた新聞紙を投げ合うのだが、「なるべく上から投げること」「人に向かって投げるのではない」ことを指示された。1～2度対戦した後、作戦会議を開くことも効果的であった。また、途中から大きな新聞紙の玉（ガムテー

プを巻き付けておく)を用意して、大玉一つの得点を10点にするなどのアレンジがあることを紹介された。また、対戦終了間際に、それまでもっていた玉を一度に投げ入れることは途中のルール変更で禁止となった。投げるという動作につながる運動遊びであった。

○ボール投げ

ボールを一人で扱ったり、二人組で投げ合ったりした。小学生でも投げる動作が身についていない子どもが多い。ボールを楽しく扱う経験を大切に。

○木とリス

最後に、3人組で木とリスになって、合図で移動するゲームを行った。

(3) 質疑・応答

Q 1 母親から離れようとしないうちの子どもの活動を参加させるためには、どうしたらよいか？

A 1 強制はしない。その場で観ているだけでもよい。本当はやりたいという思いがあり、子どもなりに葛藤しているのではないかと大人がとらえることが大事。

複数の指導者がいれば、そうした課題を抱えた子どもに対応できる。また、友達とのかわりがもてるような配慮も必要。

Q 2 ボールの投げ方の指導はどうあればよいのか？

A 2 遊びの中で動作を経験していくことが一番。いろいろな投げ方を楽しく遊びながら経験させたい。繰り返すことで、投げたいという気持ちが出てくるように。こうではなくてはならないと指導することで、自分はダメだという気持ちになってしまうことを避けたい。

ボールを投げる動作が自然に身につくために、歩きながら投げることも効果的である。

Q 3 低学年はあきやすく、スキルが身につかないが、どうしたらよいか？

A 3 一律の指導ではあきる。勝手な動きをする子どもを取り出して違う指導することでは解決しない。あきっぽいということは、いろいろなことに集中しやすいと考えられる。同じことの繰り返しより、途中で違う動きを入れてみると意外に動きがよくなる。

参加者アンケートから			
(1) 実技の内容			
多すぎた	豊富でよい	ちょうどよい	少ない
0	28	10	0
(2) 運動遊びのアレンジ			
多すぎて複雑	豊富でよい	ちょうどよい	少ない
0	29	9	0
(3) 例示のポイントの数			
多すぎて複雑	豊富でよい	ちょうどよい	少ない
0	17	21	0

キッズACP

概要

ACP普及講習会に合わせて、少年団や幼児を対象とした「キッズACP」を開催した。また、参加した幼児・低学年児童を対象に、運動能力テストを実施し、ACPによる効果を検証する取組が始まった。

○期日 平成28年6月11日（土）及び12日（日）
10時～12時

○場所 6月11日（土）周南市鹿野総合体育館
6月12日（日）周南市立久米小学校体育館

○久米地区・鹿野地区の子どもと保護者を対象としたACP

○内容→運動能力テスト及び意識調査 ACP体験

○キッズACP講師

東京学芸大学 准教授 佐藤 善人 氏

日体協スポーツ科学研究室 室長代理 青野 博 氏

○子どもの運動能力テスト

徳山大学 准教授 瀬尾賢一郎 氏

内容

1 アイスブレイキング

○料理づくり・だるまさんが○○

指導者研修会でも行った「料理づくり」でまずはアイスブレイキング。子どもたちは、隣の人にも包丁を入れて、楽しそうに自分のからだのあちこちをたたいていた。

続いて、「だるまさんが○○」で動物に変身。ツルになったり、ライオンになったりすることで身体全体を使った運動になった。

幼児たちは、スポーツ少年団員の動きをまねながら、次第に大きな動作をすることができるようになった。

○輪くぐり

体操用リングを使って「輪くぐり」でも楽しんだ。できるだけ速く回そうと一生懸命な幼児や保護者の姿が見られた。大きな歓声もわいていた。



素早く動物に変身（だるまさんが転んだ）



すばやく足を通して（輪くぐり）

2 運動能力テスト

運動能力テストは、徳山大学の瀬尾先生に監修によるテストで、

①ジグザグ走

②ステップラダー

③前転・横転

④ターゲットスロー

この4種目で行われた。このテストは、早さや強さを見るのではなく、正確さを見ることに重点が置かれたテストである。鹿野地区は参加した幼児と小学生全員が行ったが、久米地区は人数の関係で、小学2年生以下を対象とした。



ジグザグ走



ステップラダー



前転・横転



ターゲットスロー

幼児にとって一番難しかったのは、ステップラダーだったようである。ラダーからはみ出たり、抜かしてみたりする幼児が多く見られた。できないことより、どれだけ正確にできるかを記録として残した。

ジグザグ走でコーンを飛ばしてやり直しをすることもあったり、壁に当たって跳ね返ってきたボールをうまくキャッチできなかつたりしたが、楽しそうにテストを受けていた。

このテストは、半年後にも行うこととしており、どのように変容していったのかを検証していく予定である。

3 キッズACP



みんなで輪になって（大根ぬき）

運動能力テストの後、キッズACPを再開した。

子どもたちが大好きな風船を手や肩や頭など身体のいろいろな部位を使って楽しんで運動できた。また、最後には、「大根ぬき」を小グループから大グループというように人数を増やしながら行った。この大根ぬきは、高学年と低学年以下で分けて行うことで、ケガを防止するようにした。



抜かれない！（大根ぬき）

スポーツ少年団員にとっても、ACPを楽しく感じたようであり、ほとんどの子どもが楽しいと感じ、日頃の活動でもやりたいと回答していた。

4 まとめ

2日間かけて、指導者を対象にした研修会と子どもを対象にしたキッズACPを行った。特に、鹿野地区と久米地区の地域スポーツに関わる方の参加が多くあったことで、地域でのACP普及活動に拍車がかかったのではないかとと思われる。今後も、このような研修会を通して、大人と子どもの学び方の違いを踏まえたジュニア期のスポーツ指導者が増えていくことを願いたい。

