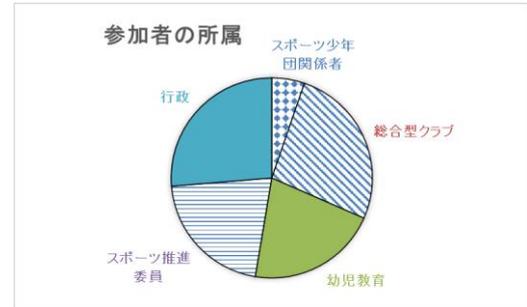


## 令和4年度 第1回地域スポーツ指導者養成研修会 (ACP普及講習会)の報告

6月25日(土)、下関武道館において、21人の参加者に、ACPの理論や実技を学んでいただきました。講師は、これまでと同様、東京学芸大学の佐藤善人教授とJSPoSports科学研究所の青野博室長代理のお二人をお迎えすることができました。



### 参加者の所属

参加者は、右のグラフのように、総合型地域スポーツクラブ・スポーツ推進委員・幼児教育関係者など、様々な分野からの参加でした。また、行政関係者の参加もあり、ACPについての理解や支援が増々進んでくるように思えました。

### 理論

初めに、子どもの発達特性を中心に、青野先生がACPの理論を話されました。

第3期スポーツ基本計画を紹介され、生涯にわたって運動やスポーツを継続し、心身共に健康で幸福な生活(いわゆる、Well-being)を営むことができる資質や能力(いわゆる、フィジカルリテラシー)の育成を図るといふ、今後国が取り組む施策や目標についてお話されました。

神経系器官が発達する幼少期は、さまざまな動きの修得ができ、併せて、脳の発達による子どもの頃の発達が著しいことを私たち指導者が理解しておくことの重要性を強調されました。遊び方を工夫することで、創造力が生まれます。遊びが楽しいからこそさらに「工夫」していくことも示されました。

遊びに着目したACPでは、多様な動きを引き出すことに次の意義があります。

- ・経験することのみ、その動きが身につく
- ・発達段階に応じた活動として
- ・脳への多様な刺激として
- ・外傷、障害予防として
- ・生涯スポーツの基礎として

動画などで事例を紹介されながら、約1時間の講義となりました。

### ★参加者の感想から★

- 子どもたちが楽しんで発達段階に応じた動き作りができるように声かけ支援をしていきたい。
- 保育士をしています。小学校入学までの体力向上について学びました。遊びの中にとりいえること、参考になりました。
- 誕生月による発達の違いに興味津々。学生時代に運動ができなかった原因はそこにあったかと思えました。大変わかりやすい講義でした。

### 実技

実技では、佐藤先生の指導で、アイスブレイキングとして、「お料理作り」「体ジャンケン」「王様だるまさんがころんだ」「進化ジャンケン」などで、心をほぐすことから始まりました。



△進化ジャンケン

進化ジャンケンでは、ウサギになったり、ゴリラになったりしながら、ジャンケンに夢中になるあまり、日ごろ動かさない筋肉を思わず動かしている様子がたくさん見られました。

アレンジについては、佐藤先生が一番強調されておられ、「単純な動きから複雑な動きへ」と変化していくことで、幼児からでも楽しくチャレンジできることを教わりました。

★参加者の感想から★

- 自分の体力の衰えを感じ、子どもと一緒に楽しめるように体力づくりをしたい。
- 子どもにも良いのですが、大人も童心に帰ることができるものばかりでした。

○自分自身、運動は苦手ですが、とても楽しい時間でした。現場で活かせる。

**講習会を終えて**

今年度は対面式での開催となり、細かな動きや指導者としての声かけなど、たくさん学びとることができました。「だるまさんがころんだ」で止まる動作をまずは止まるだけにし、次は片足で止まるだけとするなど、よりシンプルにすることで、身につけてほしい動きを焦点化できることも学べました。ACPは、子どもたちの実態に合わせた「動きの修得」につながることを改めて考え直すことができました。



△新聞変身



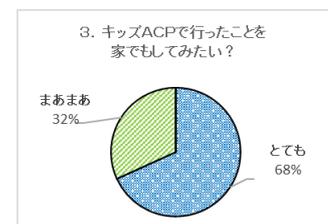
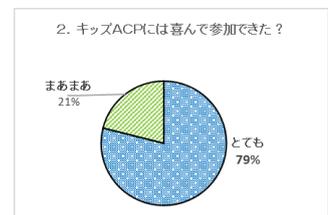
△宇宙人おにごっこ

参加者アンケートでは、例年のように「日ごろの活動に活かせる」「幼児の活動に活かせる」などの感想が多く寄せられました。

また、この講習会に先立ち、子どもたちを集めて、「しものせきキッズACP」を同じ場所で行いました。講師のお二人と女性とスポーツの会の皆さんによるACP教室を開催しました。「外で遊ぶ機会が減ってきている中、たくさんの友達と体を動かして楽しく遊ぶことができ、とても充実した時間を過ごせました。また参加したいです。」という感想を始め、「親子で楽しかった」「家でもできそう」という意見をいただきました。

31人の子どもたちと保護者の皆さんが、佐藤・青野先生や女性とスポーツの会の皆さんが次々に展開

するACPに夢中になって参加して、汗をいっぱいかいていました。アンケートから、参加の満足、家庭でもやってみたいとの高評価となりました。



(文責：山口県体育協会生涯スポーツグループ)