

令和5年度 第2回地域スポーツ指導者研修会
(兼：ACP ブラッシュアップ研修会・JSP0 公認スポーツ指導者更新研修会)
報告書

1 ねらい

PART1 「ACP の理念・ACP 実践事例・ACP 指導のノウハウ」

ACP の実践に焦点を当て、子どもが夢中になって活動する指導法を学ぶ。

PART2 「ACP のプログラミングと実践」

自分のフィールドを想定してプログラミングした ACP の模擬指導を通して、ACP の理論に基づいた実践的指導力の向上を図る。

2 期 日 令和5年12月2日(土) 10時00分～16時30分

3 場 所 山口市小郡ふれあいセンター 体育館

4 主 催 (公財) 山口県スポーツ協会 生涯スポーツ推進センター
山口県スポーツ少年団

5 後 援 山口県スポーツ少年団指導者協議会

6 講習内容・講師

講義と実技

「ACP の理念・ACP の実践事例・ACP の指導ノウハウ」

「ACP のプログラミングと実践」

講師 東京学芸大学教育学部 教授 佐藤 善人 先生
日本スポーツ協会スポーツ科学研究室 室長代理 青野 博 先生

7 日 程

9:30 10:00 12:00 13:00 16:00

受付	開会行事 ACP 理論 「ACP の理念・実践事例・指導ノウハウ」	昼食	ACP 実技 「ACP 実技」 「プログラミング」	ACP 実技 「模擬指導」	閉会行事
----	---	----	---------------------------------	------------------	------

8 内 容

(1) ACP の理念と実践事例



日本スポーツ協会スポーツ科学研究室の青野先生の講義で、ACP の理論を通して、幼児期からの運動経験が重要であることを改めて確認することができました。中でも、昔に比べて、子どもたちの体力・運動能力の低下が問題になっているのですが、「走る」「跳ぶ」「投げる」などのスキルを伴う動きの低下が著しいことに注目する必要があると、冒頭で示されました。現代の子どもたちには、多様な運動経験によって、動きが洗練

されるように指導すること、そして、保護者の意識向上に向けた啓発が大切であることを強調されました。ある国では、体力向上のためのトレーニングを学校教育の中で行い、その結果、ジュニア世代においては大幅な向上が見られたのに、そのトレーニングをやめた20歳

以上の体力は急激に減っていたという事例を示され、自分から進んでやっていないトレーニングは定着しづらいということを説明されました。このほか、ACPでは、子どもの反応を見ながら、小さなアレンジをしていくことが大切であり、子どもとやりとりしたり、子どもをしっかりほめたりしながら、洗練化された動き作りにつなげていくACPのねらいについて事例を交えてお話してくださいました。また、中学校での実践動画を紹介されながら、幼児だけでなく、小学生から大人まで、みんなで楽しんで動き作りができるのですと、ACPの可能性を紹介していただきました。

(2) ACPの指導

実技では、東京学芸大学の佐藤先生の指導により、「言うこと一緒やること一緒」、「宅配便ゲーム」「爆弾ゲーム」「ねことねずみ」の4つの運動遊びのねらいや留意点などを体験できる時間となりました。特に、「よい指導者としての10の観点」の中で、一つでも二つでも意識する指導を勧められました。このことで、指導者自身が子どもの動きや思い

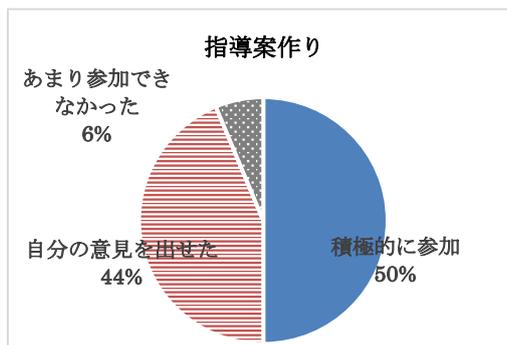


を見とるためのスキルが高まるのではないかと思えました。4つの運動遊びをしながら、「どんなアレンジが考えられますか」との佐藤先生の問いかけに、ルールや人数、用具や広さを変えたらなどの意見が出て、模擬指導に向けたウォーミングアップの時間となりました。

中でも、「言うこと一緒やること一緒」では、「前・後ろ」などの動きの途中で、「ちよるる」の動きを入れてジャンプするなどをアレンジすると、次の動きを失敗する人が多く、それをみんなで笑える瞬間が心地よかったのではないのでしょうか。

(3) 指導案作り

1グループが一つの運動遊びを担当し、指導案作りの時間をもちました。指導案には、ねらいを明記し、よい指導者としての観点、アレンジの仕方や発想、安全管理上の配慮事項などを話し合っ、書き込んでいきました。



指導案作りでは、左のグラフのように、積極的に参加できたり、自分の意見を出せたりすることができたようです。

参加者からは、「目的を明確にすることで、遊びの幅が広がり、発想の展開ができると思った」「楽しさのなかで、安全への配慮について、よく学べた」という感想がよせられました。特に、どんな危険性があるのかを予測しておくことは、子どもたちが安心して楽しく学べる時間をもつことにつながります。

(4) 模擬指導

① 「言うこと一緒やること一緒」

グループの4人で考えたアレンジを加えて模擬指導の時間となりました。

全員で手をつないでの運動をした後、だんだん前に出てあえて近い距離感にしたことで、一





気に楽しさやドキドキ感が高まったようです。子ども役になった参加者からは、模擬指導後の感想が次々に出てきました。

「対象が1・2年生ということで、指導のリズムを考えられていました」「失敗してもよいことを指導者が伝えていたことがいいですね」などから、アレンジの楽しさを体感できたようです。

② 宅配便ゲーム

宅配便ゲームでは、基本のパターンから、サッカーバージョンを採り入れて、少し違った動きとなりました。主として説明するリーダー役とサブ役の役割ができていたことも評価されました。サッカーボールを新聞紙ボールにしたことで、転がりにくくなり、初めての子どもでも扱えるボールになることが確認されました。走る順番だけでなく、どのボールを運ぶのかを考える作戦会議にまで発展するともっとよかったという意見もありました。

③ 爆弾ゲーム

通常の爆弾ゲームをした後、左手で投げることや大きなボールを加えたこと、投げられる範囲を決めて、そのゾーンから出ないと投げられないなどのアレンジが加えられました。

講師からは、大きいボールの点数を5点から2点にすることで、投げる回数が増えるといったアドバイスがありました。



④ ねことねずみ

2人がいろいろなポーズで向かい合い合ったり背中合わせになったりして、ねことねずみを楽しみました。これまでもかなりの時間動いていましたので、少しハードになったかもしれませんが、どの人も子どもたちに交じって遊べる体力を持ち合わせておられました。何度も繰り返すことで、徐々にできる楽しさを味わえるようです。



また、この運動は、敏捷性や走力が問われるので、次々に相手が変わるように仕組みされていたことで、体力差があっても楽しめるようだと、高評価でした。

(5) ふりかえり

年間2回行う ACP 関連の研修会の内、5年前から、後期は、ACP ブラッシュアップ研修会として、参加者自身による模擬指導の実践を取り入れた研修会にしました。今年度の研修会は、①運動遊び名、②ねらい、③基本とアレンジの視点が示され、特に、よい指導者としての観点が何度も繰り返し示されたことで、指導する側もされる側も、共通の視点をもてたことで、わかりやすい研修会になりました。

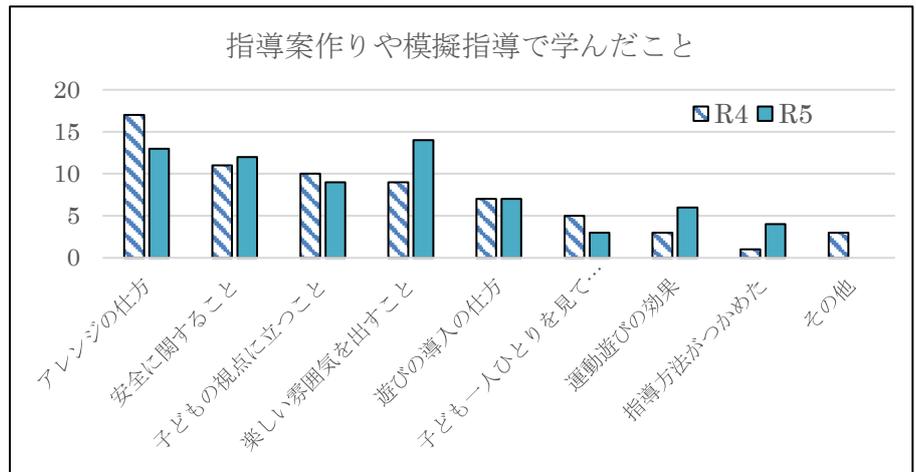
参加者からは、次のような感想を聴くことができました。

参加者の感想（指導案作り・模擬指導で学んだこと）

- やはり子どもの特性を知り、自分が子どもの視線にならないと、全員が楽しくスポーツ好きになることは難しいと感じました。子どもは大人のミニチュアではない、この言葉を忘れずに、指導にあたりたいと思います。
- 理解が出来たのですが、実際良い指導、アレンジできるかと云うと中々、頭で描いたような事が出来ないのが現状です。しかし、今日の研修で一つでも実技にいかせたらと思います。
- 目的を明確にすることで、遊びの幅が広がり、発想の展開ができると思いました。指導の模擬と、実体験を通して、視点の理解につながりました。
- 指導のコツなどわかりやすかったのですが、実際にやってみると、とても大変なんだと感じました。また、やりがいのあることだとも感じました。

どの感想からも、子どもたちが楽しそうに遊んでる姿を思い浮かべておられるのだなと感じられました。

右のグラフのように、昨年度の研修会の評価と比較すると、昨年度は「アレンジの仕方」というスキル面が多かったのに対して、今年度は、「楽しい雰囲気を出すこと」を多くの人が必要



だと感じられていました。きっと、ACPを指導者が楽しく指導することの意味を理解されたからだろうと推測できました。

参加者からの感想では、

- 今回初めての参加でしたが、6時間の間楽しくて、あっという間でした。また、参加したいです。
- 理論・実技を通しての、振り返りはとても有意義でした。1つ1つに意味があり、これからの成長にプラスされることなので、また、学びたいと思います。グループワークも充実したので、良かったです。
- 5年前にACPをあまり理解できず、ブラッシュアップに参加して、自分自身、活動時は遠目で見ている状況でしたが、改めて、ある程度内容を理解し、活用していける自信につながりました。

などの意見がありました。

また、活用の仕方については、次のような感想もありました。

- 子ども会活動をしています、そこでも活用していけそうだと感じました。
- 今夜の忘年会で、アイスブレイクやります!!
- 学校の体育などにも、ぜひ取り入れてほしいと思いました。

ACPを地域の大人が楽しいと感じると、子どもたちにも大きな影響が出てきます。そもそも遊びは子どもたちの一番得意とする領域だったはずですが、昔のような光景には簡単には戻れそうにもありませんが、安全な空間で、子どもたちがルールや場を工夫して遊んでいる姿をもう一度見られるような気がしました。ご参加いただいた皆様のご活躍を思い浮かべながら、今後も学び直しに参加されることを期待しています。

（文責：山口県スポーツ協会 地域スポーツグループ 和田康夫）