

# 令和6年度 地域指導者養成研修会 ACP普及講習会 (兼：日本スポーツ協会公認スポーツ指導者更新研修会) 報告書

## 1 ねらい

- 幼児期・ジュニア期のスポーツ指導者の指導力向上を図り、運動に親しむ子どもを指導できるスポーツ指導者の研修の機会とする。
- ACPを手がかりとした幼児期・ジュニア期のスポーツや運動遊びを実施し、その効果を発信することで、ACPの普及を図る。
- スポーツ少年団の理念に則り、より多くの子どもたちが、スポーツの歓びを味わえる機会を提供できる JSP0 公認スポーツ指導者としての資質の向上を図る。

2 主催 (公財) 山口県スポーツ協会 山口県生涯スポーツ推進センター  
山口県スポーツ少年団

## 3 期日・場所

- 期 日 令和6年6月29日(土) 13時～16時30分
- 場 所 ながと総合体育館(ルネッサながと) 長門市仙崎10818番地 ☎0837-26-6001

## 4 日程・内容

12:30	13:00	14:00	16:30
受付	開会行事 ◇ACPの理論	◇ACPの実践(実技)	閉会行事 諸連絡

## 5 講師

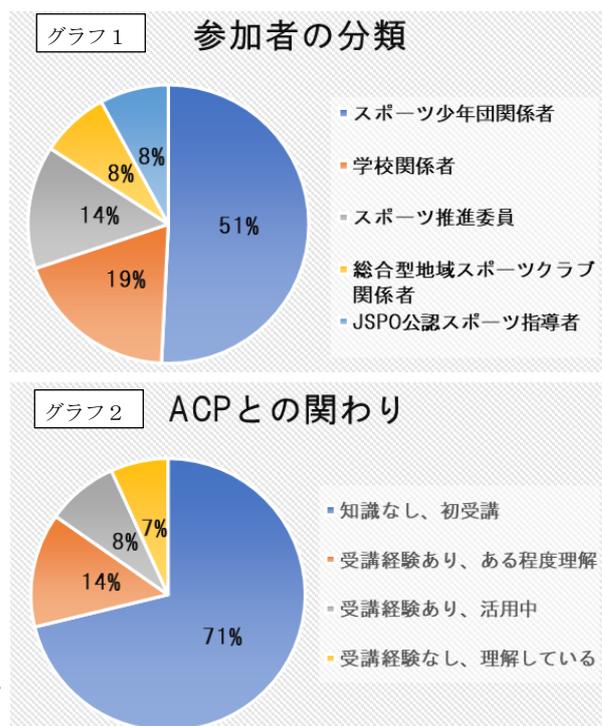
東京学芸大学 教授 佐藤 善人 先生  
日本スポーツ協会スポーツ科学研究室 室長 青野 博 先生

## 6 当日の状況

### (1) 参加者について

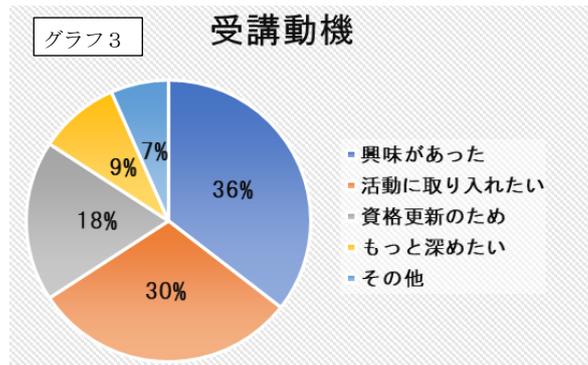
ながと総合体育館(ルネッサながと)において、72人の参加者が、ACPの理論や実技を学びました。本年度は、山口県スポーツ少年団(萩地域)指導者・育成母集団研修会と兼ねて開催したため、グラフ1のとおり約半数の参加者はスポーツ少年団の関係者の方々でしたが、総合型地域スポーツクラブやスポーツ推進委員の皆様をはじめ、小学校の教員の方にもたくさん参加いただきました。

参加者のこれまでのACPとの関わりは、グラフ2から分かるように、「ACPについての知識はなく、今回が初めての受講となる」と回答した方が、7割を占めました。長門地域での講習会の開催が初めてということもありますが、



まだまだACPの認知度が低く、普及していない状況にあります。

しかしながら、グラフ3の参加者の受講動機をみると、「JSPOの資格更新のため」と回答した参加者は2割程度ですが、「ACPに興味がある」「活動に取り入れたい」と回答した参加者が6割を超え、ACPに対して関心や期待をもって参加されている状況が伺えます。



## (2) ACPの理論について



日本スポーツ協会スポーツ科学研究室長の青野先生が、JSPO-ACPガイドブックをもとに、主に子どもの発達特性やより良い指導に繋がるスキル等について、スライドを基に講義されました。最初に、発達と発育の違いの説明をされ、子どもの発達特性を理解し、楽しく遊ぶ中で無理なく獲得した動きを繰り返すことで、その動きの洗練化が期待されると話されました。

そして、ACPのように、楽しく安全に遊ぶことを通して、「身体活動量の確保」「動きの多様化と洗練化」「運動有能感の醸成」が図られ、生涯スポーツの基礎を培うことができるとまとめられました。熱心に聞き入っている参加者の姿が印象的でした。



—参加者の感想から—

- 内容がとても分かりやすく、よい勉強になりました。
- 資料があつてとても分かりやすかったです。時間が短かったのもう少し聞きたかったです。
- すべての子どもに関わる人に広まってほしいと思いました。

## (3) ACPの実技について

実技では、東京学芸大学教授の佐藤先生の指導により、「集合ゲーム」「進化ジャンケン」「ボール集め」「ムカデドッジボール」など、11種類の運動遊びプログラムの紹介がありました。特に同じ運動プログラムでも、発達段階等に応じて、距離やボールの数、人数等を工夫してアレンジすることで、動きのバリエーションも増え、運動の強度を高めることにつながることを、体験を通して指導されました。



受講者も、20歳代～70歳代と年齢の幅はありましたが、額に汗を流しながら笑顔で体を動かされている姿を見て、とても楽しい運動（遊び）に夢中になっていることが伝わりました。

【人間知恵の輪にチャレンジ】

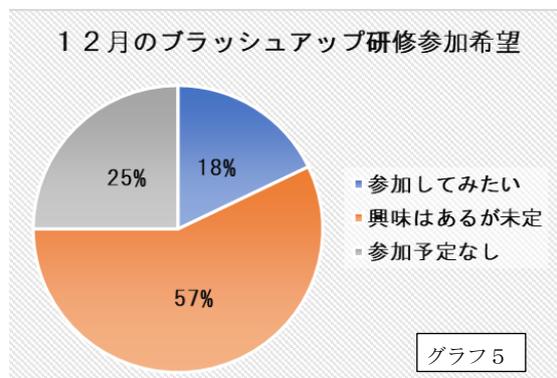
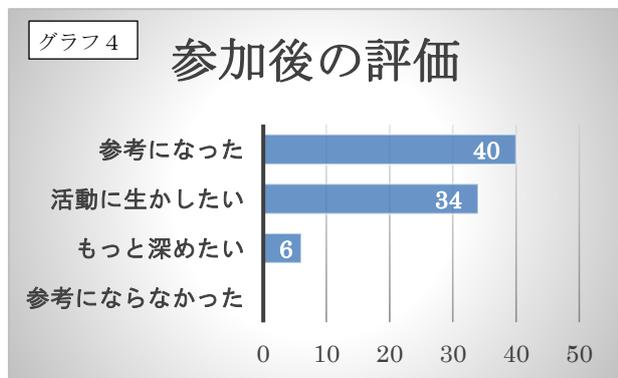
—参加者の感想から—

- 実技のアレンジがとても楽しくて勉強になりました。
- 導入手段として遊びが入ったものは、楽しく、よい仲間づくりにつながると思いました。
- 指導者が、まず「楽しむ」ことが大切と気付きました。

## 7 講習会を終えて

講習会の参加者は、以下のグラフ4が示すように、「参考になった」「活動に生かしたい」「もっと深めたい」といった、肯定的評価が100%となりました。

また、グラフ5の12月の「ブラッシュアップ研修会」の開催に対しては、「参加してみたい」「興味がある」と回答した参加者が7割を超えたため、ACPについて関心を高め、その効果について発信するという今回の普及講習会の一定の成果を感じました。



—参加者の感想から—

- 大変勉強になりました。学校関係者ですが、学校体育に生かせる部分が多くあり、ぜひ実践していきたいです。
- 「楽しいを大切に」というのは常にあるが、どうすれば実現するか上手いかずになりました。今日は、それを叶えるヒントをいくつかいただきました。試行錯誤しながら自分流を確立していきたいです。
- 大人になってこんなに楽しく動くことはなかったので、とても楽しかったです。今後、スポ少に復伝していきたいです。
- 指導者が目的意識をはっきりもった上で、楽しい運動遊びにしていくことの大切さを改めて感じました。運動する楽しさを味わう子が一人でも多くなるよう、微力ながら取り組んでいきたいです。
- 親としてスポーツ推進委員として、スポーツを楽しく広めていけるよう活動していきたいです。
- 実際にやってみて、運動に苦手意識のある自分でも楽しむことができました。運動をもっとやりたい、楽しいと思えるように取り組んでいきたいです。
- なかなかこういった講習会がないので、近場でやってほしいです。
- 指導している団の指導者や団員と一緒に参加できればなおよいと思いました。
- ACPについて興味がありながら講習等を受ける機会がなく、今回やっと受講できました。参考になる言葉、実技メニューなどこれからも学びたいと感じました。
- 日々のスポ少活動で子どもたちのマナーの悪さに怒ってばかりの保護者ですが、体を動かす時は「楽しい空気」を心がけようと思いました。
- アレンジについてしっかり学びました。今後もACPに関する研修会を県スポ協のリードで行っていただき、地域スポーツの振興に尽力してほしいです。
- 指導に生かす目的で参加しましたが、運動不足、苦手意識のある我が子と、ぜひ家庭でやってみようと思いました。親子学級などでも広めていきたいです。

本年度の講習会は、山口県スポーツ少年団（萩地域）指導者・育成母集団研修会と兼ねて開催したため、例年よりかなり参加者が多く、活気ある講習会になりました。普及の観点からも、参加者が多いことは、より多くの方にACPについて知っていただき、指導者の指導力向上を図ることにつながるため、よい開催の方法であったように思います。また、運営の面からも、長門市スポーツ少年団の事務局の方の協力が得られたため、会場設営等がとてもスムーズに進みました。両者にとって、メリットがある講習会になったと感じました。