



前回の内容と多くの部分で重複していますので、前回紹介しきれなかった内容「指導のポイント」にしぼって掲載しています。

### ①運動が嫌いな理由

小学生が運動嫌いな理由の多くは、「小学校入学前から体を動かすことが嫌いだった」という報告がある。子どもができないことに対して、大人がどのように接しているのかが問題である。

大人が幼児期からの基本的な動きの質を観察したり、個に応じた運動を子どもと一緒にしたりすることが、運動嫌いな子どもを減らすことになる。例えば、大人同士のようなキャッチボールを初めから求めるのではなく、大人がいろいろな動きを示しながら、子どもがボールになれるようにしていくこと。当たり前のことだが、運動の質を認めると、子どもは楽しみながらボールに親しむようになる。

どれだけできたのかという運動の量だけを見るのではなく、どのようにできたのかという運動の質に関する視点をもっている指導者が子どものよりよいパフォーマンスを引き出すことにつながる。

### ② よい指導者であるために

#### ○ 多様な動きを経験させる

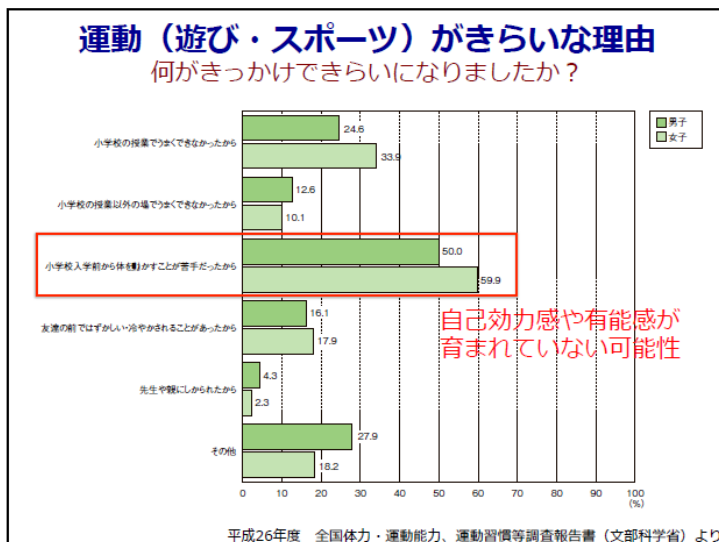
保護者へ運動遊びの必要性を説明しておく。保護者の中には、ACPに過剰に期待している傾向が見られることもある。

#### ○ 一定の身体活動量と活動強度を確保する

楽しさを重視し、トレーニングにならないように。大人は、目的をもってトレーニングできるが、子どもの場合は、興味関心は偶発的であり、体験しながら試行錯誤していくものである。大人と子どもの違いを意識した指導者でありたい。

#### ○ 発育・発達の個人差に配慮する

成果を求めすぎない。特に学齢期の個人差は大きい。早生まれの子どもに対する配慮があれば、子どもの可能性を伸ばすことができる。



場を工夫しながら（ドカンジャンケン）

## ○ 次々にプログラムを展開する

ゲーム性、「レパートリー」と「バリエーション」が必要である。レパートリーは少なくとも、バリエーションがあれば、いくらでも指導できる。例えば、「ドカンジャンケン」をする場合、リングの置き方を変えたり、ケンケンでやってみたり、「ドカン」を「ピタッ」に変えてみたりするなど、様々な場を工夫するといったバリエーションがあると、子どもはあきずに活動する。また、リングの置き方を子どもたちで考えて変えていく時間を保障すると、子どもがルールを決めるようになり、その結果、指導者としてもバリエーションを増やすことにつながる。

## ○ できるようになったことを認めてあげる

肯定的に、成果だけでなく過程も。他人と比べて上手であることや競争して勝つといった外発的動機だけではなく、ドッジボールでうまく体を使って逃げる事ができたといったような子どもの動きを見逃さずにほめる。子どもは、もっとうまくなりたいという内発的動機によって、全力でプレイしていくものである。

## ○ いつも元気で楽しい雰囲気をつくる

指導者も笑顔、易しい言葉で。一方、子どもがルールを守らなかったときは、厳しい態度で、この活動に参加できないことをあえて伝えることも必要である。子どもに伝える言葉を選び、理解しやすい言葉で指導する。さらに、指導者も一緒にやることで、より理解が深まる。

## ○ こころの発達や社会性の獲得にも配慮する

話し合う場の確保、スキンシップが大切。日頃から話し合う場を設けておくと、トラブルが起こった場合でも、子どもたちが話し合う習慣ができていますので、解決の方向に行く場合がある。指導者にいきなり話し合えと言われても、自分たちで解決することはできないものである。

指導のポイントを交えながら……(大根抜き)



## ○ 異年齢交流を積極的に利用する

リーダーの育成、思いやる心の醸成。そもそもスポーツ少年団は異年齢で構成されている。指導者だけが運動遊びを指導するのではなく、リーダーによる指導場面をつくること。リーダーのぎこちない指導があった場合でも、指導者が出過ぎると、リーダーの信頼がなくなるので要注意。

## (2) その他のACP

今回の講習会で紹介された運動遊びは次のとおりでした。

## ○アイスブレイキング

「体ジャンケン」・・・体を使ってジャンケンをする。指導者を相手にして勝った者が残っていく条件の後、二人で対戦したり、勝った場合は相手のまわりを回ったりするなどのアレンジを加えて行った。

「料理づくり」・・・自分の体を具材に見立てて、料理をつくる。指導者が楽しく自分の体を切るまねをすることもポイントのひとつ。

## ○二人組で

「手押し相撲」・・・向かい合った手押し相撲。両手を使ったり、片足で対戦したり、おしりを使ったりと、この運動遊びにもバリエーションがたくさんあることに気づかされた。

「ボールキャッチ」・・・相手が投げたボールを背中で受け取るなど、キャッチボールにも、おもしろさや楽しさの要素を盛り込んだ。

「新聞のり」・・・ジャンケンに負けたら、新聞紙を半分にしていく。二人で乗れなくなったら終わり。勝てば、新聞紙を広げられる条件やルールを付け加えていく。



うまくキャッチできると・・・



みんなからも声援（輪くぐり）

## ○グループで

「輪くぐり」・・・両手をつないで輪を作り、手を離さずに、フープを一周まわす。右回りや左回りでの多様さも忘れずに。

「ボール運び」・・・4班対抗で、早く3つのボールを集めたチームが勝ち。何回か繰り返す内に、どのボールを持ち帰ればよいのか、仲間から指示が出てくることもこの遊びの特徴。



チームの一体感が生まれる（ボール運び）

この他、「木とリス」や「言うこと一緒・やること一緒」などをしながら、佐藤先生からは、次のようなご指導を受けました。

同時に二つのことを処理しようとする力は、子どもたちの遊びの中で育つことが多い。また、大人は、勝ったらうれしいと思いがち。子どもは、できていなくても楽しいと思ったり、できていく過程に喜びを感じたりしている。イチローのようにスポーツを楽しむ子どもが育ってほしいとの願いを私たち大人が共有したい。

子どもが自己決定する場合は、遊びの中にたくさ

んある。自己決定と有能さの認知は、内発的な動機づけにつながる。

とにかく遊びたくなるような環境をつくり、子どもたちの自主性に任せること。大人は安全に配慮しながら、見守ることを大切にしたい。また、できたときのハイタッチなどのスキミングがあると子どもは安心して活動していくもの。

## 5 まとめ

参加者のアンケートでは、この講習会でのACPの実技については、内容・量・アレンジなどの評価は、「豊富でよい」・「ちょうどよい」の回答であり、参加者のほとんどが満足した結果となったようです。さらに詳しく講義してほしい内容について、参加者の意見を求めたところ、幼児の指導法に関する内容など、すぐに使える実践例を希望する傾向が見られました。

幼児加入の条件	身体活動の意義	プログラムの紹介	幼児の指導法	実践事例
9%	9%	22%	35%	26%

講師からは、日体協のホームページで、ACPの考え方や運動遊びの具体例が動画つきで紹介されていることを紹介されました。指導者やリーダーなどが、運動遊びの有効性を認識して、空いた時間や交流活動の折に、子どもが楽しく体を動かしながら、こころもほぐしていく時間を作っていただければと思います。

感想の中には、「これからの活動に取り入れたい」「これまでもアップのときに行ってきたが、さらに充実した活動にしたい」「スポーツ少年団だけでなく、総合型地域スポーツクラブの活動でも取り入れたい」など、意見をいただきました。また、幼児の興味をどのように持続させていくのかという課題を解決する上でのヒントを得たとの意見もありました。

6月に引き続き、地域性を考慮しながら、少しでも多くのスポーツ少年団指導者や育成母集団、公認スポーツ指導者、総合型地域スポーツクラブ関係者などに参加していただきたいとの思いで、今回の研修会を実施しました。各地域で、行事が多い時期と重なり、定員には満たない状況となりましたが、

少人数ならではの、きめ細かな研修となりました。

山口県スポーツ少年団本部としては、広域スポーツセンターとも連携しながら、健全育成の理念を具現化する窓口の一つとして、ACPの普及に今後も取り組んでいきます。



異年齢でも楽しく遊べる（木とリス）