

2019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29日(土)、やまぐちリフレッシュパークを会場に、43人の参加者で、ACPの理論や実技を学びました。

講師は、昨年度と同様、東京学芸大学の佐藤准教授とJSPOスポーツ科学研究室の青野室長代理のお二人をお迎えしました。参加者アンケートの結果をお示

ししながら、報告させていただきます。

参加者の所属

参加された人の1/3は、スポーツ少年団関係者でしたが、総合型地域スポーツクラブ・スポーツ推進委員・放課後子ども教室などからの参加があり、年々様々な分野からの参加者になっている傾向が見られるようになってきました。

理論

初めに、子どもの発達特性を中心に、映像やグラフなどの視覚が刺激されるような内容で、青野先生がACPの理論を話されました。

- ①神経系器官が発達する幼少期には、さまざまな動きの経験が必要。
- ②認知機能が発達する幼少期は、想像力を豊かにするチャンス。子どもは楽しいからこそさまざまな工夫をする。
- ③からだを動かす遊びは、いろいろな動きの組み合わせで成り立つ。
- ④身につけた動きを繰り返して行うことで、効率的・合目的になる。楽しいからこそ、もっとやりたいという意欲が生まれる。
- ⑤大人に比べて骨が柔らかい。過度の負荷や繰り返しを避ける必要がある。

理論の後半は、よい指導者としての観点を具体的な例を挙げながら説明されました。

★参加者の感想から★

- 誕生月による体力差は思うよりも明らかで、苦手意識をもつ子どもたちのことを考えさせられた。できなくても楽しいというのが、自分たちが目指していることであり、ACPを活用していきたい。
- 子どもたちにはいろいろな可能性があるので、いろいろ体験させたい。
- 映像がありわかりやすかった。勝ち負けよりも楽しさに重点をおけた。総合型クラブのイベントとして、ACPを導入したい。知名度が低いので、スポーツの日のイベントとしたらよい。

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、「人間知恵の輪」「輪くぐり競争」「言うこと一緒やること一緒」などで、心をほぐすことから始まりました。

特に、指導者が、「内発的動機づけ」を意識した声かけやしかけをしていくことが重要であり、「できないけれど楽し



△人間知恵の輪



△ ふうせんを使って

い」と思う子どもが増えていくようなスポーツ指導の姿を思い描くことができました。

★参加者の感想から★

○正直、子どもへの指導に自信がなかったが、自分自身が楽しみ、徐々に一緒にいることができるよう、がんばれそうです。

○理解はできたが、指導するとなると、今時の子どもへの対応力を身につけなければ。やりたくなる遊びへの導入を考えたい。

○ACPの理論や遊びを知ることができました。子どもの体力低下を危惧しており、生涯スポーツとして、一生からだを動かせるよう、多様な動きを教えていきたいとします。大人が笑顔になることは、子どもも笑顔になり、その逆もある。大切なことだと痛感しました。

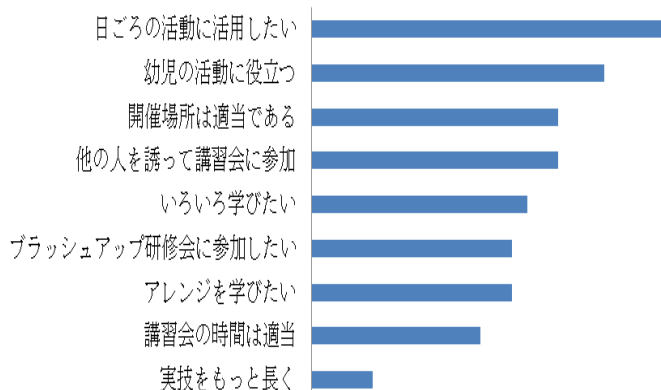
○周囲の状況を把握し、安全に行うよう心がけたい。

○初めてACPを知り、地域の子ども会などでやってみたいと思った。



△ 楽しく修行（おにごっこ）

講習会に参加した感想



講習会を終えて

多くの受講者が、「日ごろの活動に活かしたい」と感想を述べていました。身近な道具を使って、いつでもできる運動遊び「ACP」は、活用の場も対象も広げていける可能性があります。

本県でこの講習会を始めて、4年目を迎えました。この間、300人を超える受講者となり、子どもたちの遊びをしかける地域の大人が着実に増えています。今後も、皆さまと一緒に、子どもも大人も笑顔で、しっかり体と心を動かせる場を創造していきたいものです。

(文責：山口県体育協会生涯スポーツグループ)



△ ことろことろ