

# スポクラニュース



.....

昨年に引き続き今年度の1・2学期、隔週金曜日の放課後16:30～17:45、東山台小学校 体育館にて「**元気っず®クラブ**」(後援:スポーツクラブ21東山台)を開催しました。先生はスポーツクラブ21東山台でもおなじみの村田トオル氏。そして、趣旨に賛同して集まって来られた有志の先生方。参加者は昨年度から続けているスポーツクラブ21に加入していない小学2・3年生男女16名。体育館には毎回、開始時間の随分前から歓声が響いていました。

.....

## ●元気っず®クラブのご報告

大阪青山大学 健康科学部 子ども教育学科 准教授 村田トオル

### 1. 活動の背景

幼少期の健全な発育発達にからだをいっぱい使った遊び(運動遊び)の重要性がすでに指摘されていますが、これまで理論化・体系化されていませんでした。

村田が過去に塩瀬中央公園で主宰していた元気っず®クラブに注目が集まり、文部科学省傘下の団体である公益財団法人日本体育協会からプログラムの有効性や、指導者からの言葉がけの重要性を実証するようミッションがくだりました。この活動は3年目(最終年度)となります。

### 2. 活動の目的と方法

運動遊びの普及促進をするためには、体力や運動能力向上以外の付加価値を見出すことが大きな目的でした。そのため、

- ・ビデオ複数台による記録
  - ・ボイスレコーダーで子どもたちとの会話の記録
  - ・保護者様へのアンケートと直接の聞き取り
  - ・活動量計による歩数記録
- 以上5項目から分析を実施いたしました。

### 3. 心に対する遊びの効果 ※やる気が出るまでのプロセスが判明しました。

- ①遊びは規制されない活動なので、たとえできなくてもチャレンジし、繰り返し行ううちにできるようになる。**達成感**
- ②できるようになると、もっと面白くしようとして、自分で工夫をする。**創意工夫**
- ③①②を繰り返し経験するうちに、「自分はやればできるんだ」という感情が芽生える。**有能感**
- ④達成感、有能感が芽生えると、したことないけどやってみようかな～という感情が芽生える。**自己効力感＝やる気**



### 4. からだに対する遊びの効果

- ①小学生の一日平均1万1千歩の約5割に相当する歩数を75分の活動で達成できることが立証された。
- ②規制されない活動のため、子どもたちがのびのび動き、大人の想像を越えたダイナミックな動きが見られる。

### 5. 子どものやる気を伸ばすための大人の対応

次の4つにまとめました。

- ①どんなことがあってもまず理由を聞く
- ②ほかの子と比べることは絶対しない
- ③怒るよりも「叱る」
- ④束縛よりも「応援」

### 6. 活動の成果を次の学会で発表

・日本体育学会(東京都) ・日本体力医学会(和歌山県) ・日本公衆衛生学会(長崎県)

平成28年4月から小学校での身体測定の項目が変わります。目的は「ぎこちない動きをする子どものスクリーニング」です。ぎこちなさをなくしたり、予防として期待されているのが『運動遊び』です。地域の皆様のご協力をいただき導き出した結果を新年度から日本各地に普及して行きたいと思っております。



#### ヤングナシオンズ●子ども野球

**\* 甲山リーグ Aチーム準優勝!**

6年生が2名のチームですが、本当によく頑張りました!

**\* 北部交流トーナメント C級優勝!**

#### イーストマウンテン女子●ミニバス

**\* なかよし杯 三位入賞!**

ここ数年、賞状やトロフィーに縁遠かったミニバスにとって快挙です!!