を豊かに育み、 軍動 「プロジェクト K」。徳島大学大学 月から始動した 荒木秀夫教授の監修の下、約半年間さまざまな 運動教室等を行い多くの効果を上げ り組みの一つである公立保育所での運動指導の様子が、 「サキどりノ」で全国放送されました。 NHK 総合放送の 「プロジェクトK」の経過を体 今回は、注目を集める 記事に関する問合せ先

始めています。 高校生、さらには高齢者、障が 場の人が集まって、乳幼児から クトK」という、さまざまな立 草の根運動でもある「プロジェ す「大人の工夫」の大切さにつ を通じた「子どもの工夫」を促 6月号で、子どもの遊びの問題 にします。このことについては、 動がぎこちない」という声を耳 もの体力が低下している」、「運 つ街づくりを目指す取り組みを な生活、だれもが生きがいを持 い者に至るまで、 した取り組みの担い手として、 いて触れました。そして、こう 日 本全国至るところで、 健康で活動的 一子ど

は、「人づくり」です。つまり教 ない、そんな国は世界にたくさ んあります。そこで叫ばれるの す。資源もない、肥沃な土地も は、予想外に混迷を深めていま 本を初め21世紀に入っても世界 きく進歩しました。一方で、 20世紀後半から人間科学は大 日

ネーショントレーニングです。 その柱となるのがコオーディ

験談とともに紹介します。

ば、 わかりません。 別ですが、いつまた低迷するか る。国全体が活性化すれば話は ほかの地域には人が行かなくな かにテーマパークができれば、 指しても、どこかへ企業が行け す。そのしわ寄せは地方で顕 経済も厳しい状況が続いていま す。日本では、少子高齢化が進み、 になっています。企業誘致を目 育に力を入れようという考えで 他の地域には行かず、どこ

始めたのがプロジェクトKで、 を持った子どもたちを育ててい だけで見るのではなく、健康で 課題が人材育成です。嘉麻市の 必ずほかの地域にも貢献できる わろうとも、決して無駄になら こうという目標をもって活動を 活動的で、相互に協力し合う心 八材育成を、特別の分野、能力 そこで、どんなに世の中が変 一つの地域が盛り上がれば、

競麻市モデルの構築

からの『コミュニティ創生

4850

生涯学習課 スポーツ振興係

注

5 57 -

が多いが、ここでは独自のトレーニングとしての学術的意味で「コ 目的としたものを「コーディネーショントレーニング」と呼ぶ場合 オーディネーショントレーニング」という用語として用いています。 般的にスポーツや運動に関して、運動の技術・技能の獲得を

文責:荒木

プロジェクト (1)

~運動能力アップ親子塾 【対象/就学前の幼児~小学3年生 内容/親子運動、体

内容/親子運動、体力テスト】

運動能力アップ親子塾は、平成19年度 から実施している事業で、親子で楽しく 体を動かすことにより、子どもたちに幼 児期のスポーツとの良い出会いを提供す るとともに、保護者に幼児期の運動の重 要性について啓発を行っています。

後のゴールデンエイジプロジェクトを 経てプロジェクトKへと繋がっていきま した。



参加した皆さんの声を お届けします。

親子塾はどうでしたか…

さん(娘・ 9歳)の声

子どもが4歳から 親子塾に行き始め、 5年になります。行

き始めた当初は、先生たちの模範演技を 見ただけではなかなかできませんでし た。今では見たり聞いたりするだけで、 どうにかできるようになりつつありま す。運動が大の苦手だった子どもが、体 を動かすのがとても大好きになりまし た。毎年秋が近づき、親子塾が始まるの がとても楽しみのようです。1年中を通 して、子どもが運動に触れ合う機会があ れば、もっと良かったなあと思います。

さん(息子・ 6歳)の声

親子塾に参加した きっかけは、親子の コミュニケーション

と息子が運動が苦手だったことからでし

体を動かすことに慎重だった息子が、親 子塾の参加を重ねるにつれ、体の使い方、 動かす楽しさと自分にもできた喜びと自信 が、全身で伝わってくるようになりました。

今では足場の悪い所でも公園の遊具で も、体いっぱい使って遊ぶようになりまし た。気持ちも大きく変わり、今まで消極的 でしたが、今では意欲的になりました。

学問 てくれています。 のでしょうか。 うになる、そんなことが可能な が速くなって、勉強もできるよ していくのでしょうか。走るの レーニングが考える力にも関係 1の進歩が、その指針を与え しかし、 科学と

ツに深く関係したものですが、 ニングは、まずは運動とスポー

コオーディネーショントレー

なぜコオーディネーショ

ント

!時に脳と身体全般に関係した

ニングは、 コオーディネーショント 脳を活性化し、 脳の レー

ることができます。

ていくトレーニングともなりま

ニングが、時には体力向上と運

能力の向上につながるととも

考える力、感じる力を育て

・レーニングです。

同じトレー

とで高いレベルの働きを発揮 同時にまとまった働きをしよう ろな働きを分担していますが、 高めていきます。 考とコミュニケーションの力を 身体が変わることによって、思 グです。じぶんの脳が変わる。 つまりコーディネートされるこ 水準でも、全体がまとまること としています。一つ一つが低い 方を変えていくトレーニン 脳は、 いろい

ますが、 能力は、 標となっています。現在は、嘉 いきたいと考えているところで プログラムによって実施してい きづくり」と情操を高める活動 ン能力)。コミュニケーションの いきました(コオーディネーショ につれて、「社会の力」を高めて コオーディネーションの「動 市の保育所を中心とした幼児 レーニングにおける重要な目 人間は、サルから人間になる コオーディネーション 少しずつ課題を広めて

決しないということです。 と科学の成果だけでは問題 だめなのか。それは、 を得るには努力が必要です。人 の場面で、 針とは何か。なぜ成果だけでは 、ます。 。 は、 科学と学問 (アート) から学ぶ能力があ 学問・科学とともに、 つまり、 成果を活かして結果 の進歩が与える指 単に学問 には 実際 心が解

すの というのは、 したのでしょうか。 になって発熱すると、体を冷 んの抱き方や、寝かせ方、 と教わります。 う「学説」は、誰々が提唱した 間の健康や、社会の秩序に大い に貢献してきました。学校で習 その裾野がもっと広いものです。 一人の平凡な人間の直観が、 アートは、科学・学問よりも、 ではなく頭を冷やせば良 いったい誰が発 しかし、 は食べ 赤ちゃ

学者は、 明できなくても、 得たものです。 者の多くの成果を踏まえて成 の学者によってではなく、 きました。それは、偉大な一人 だのと、栄養学的に証明され クエン酸だの、ミネラルの効 験です。栄養学がなくても梅 の中で学び、伝承されてきた経 た。何百年もたって、その価値 は、昔から食べられていまし 多くの有名無名の研 数千年の その 7

し



り

プロジェクトが2

~保育所運動指導~

荒木先生の科学的・実践的指導理論に基づき、全公立保育所で月3回、運動指導者 による運動指導を行っています。

特別支援コーディネーター・保育十の視線力

州土別 支援 コーディネー **イ寸**ター 橋本 和朗さん (嘉 穂総合高等学校大隈城山校 教諭)の声

嘉麻市スポーツ推進審議会に学識経験者として参 加し、嘉穂保育所の巡回運動指導を参観させていた だいています。

生涯学習課スポーツ振興係の運動教室はこれまで も継続され、創意・工夫され効果的に楽しく運動で

きていました。徳島大学荒木教授のご指導のもと、今年度からコオーディネーション運 動を取り入れた運動指導に取り組み、変化と効果が顕著に現れるようになりました。園 児たちに笑顔が増え、キラキラしたまなざしで指導されている白石先生を取り囲んでい ます。運動や遊びに消極的だった園児も取りかかりの一歩を自発的に始め、保育士の優 しい介助なしでは動けなかった園児が、自ら運動に取り組み始めたこと、具体的な言語 表現による従来の運動指導から視覚と聴覚で判断された独自の真似る運動に変化してき ました。個々の認知・判断・行動の違いや特徴に気づき、園児の運動への積極性が高まっ ています。園庭での外遊びが多くなり、園児の発想による運動が活発化しています。こ の取り組みを、小学校・中学校・高等学校までつなげていくことが重要と思われます。

保育士 C さんの声

びに取り入れながら実践しています。

速くなり、子どもたちはその 🌑 喜びを自信に変えて、次のス テップへの意欲にしています。

保育士 D さんの声

保育所での体力向上が始まり、子どもたちの

約半年の間取り組みを続けて、少しずつ体力も 様子にも変化が見られるようになりました。園 ● つき、最後まで休まずに頑張れるようになってき 庭では、それまで砂場やままごとでじっと遊ん 🌑 ています。また、何に対しても直ぐに飽きてしま でいた子も体を動かすことが楽しくなり、のぼ 🔍 い、なかなか集中できなかった子ども達も繰返し り棒や鉄棒などの固定遊具で遊んだり、友達と 🌑 運動を行う中で、体力だけではなく「自分もでき 鬼ごっこをしたりする子が増えて、指導の中で のるようになった。」という自信がつき、少しずつ 取り組んだことを子どもたち自身が、日常の遊 前を向き集中して取り組めるようになってきてい ● ます。そして、今まで当たり前にしていた遊びに また、縄跳びや竹馬などが ® も変化が見られ、鉄棒やのぼり棒にも興味を持つ 出来るようになるスピードが 🥊 子が増え、ちょっとしたコツ (タイミング) をつ かむだけで出来るようになっている子も見られま す。今後も子どもたちの成長をさらに大きくして いけるように努めていきたいと思っています。

んが、人間な人なのか 今日の繁栄を築き上げてきまし 名もなき人なの 0) るならば、 誰が発見したの まさに かは知る由 間 試行錯誤をしながら、 は経験を積 私たちも経 地方が か、 当時 でしょうか。 Hもあ %疲弊し 財 み りませ 重 を語 偉大 ね

ŧ

夕

ケノ

コ

は

食

るという

ネーショ 嘉麻 いく…この 歩によって示されたコオー 深まりま 正しさが証明されてきました。 築き上げていきません そして、 多くの経験 市 民 ンの理 0) 科学も 活 た。人間 経 験 は 動が「嘉麻市 を概によって深ぬ 論による指針を、 科学によっ 経験によって 0) 科学の 小めて モデ ・ディ 7

をつくるためのプロジェ

街から、 を期待 どこかが何かをしてくれること ハマンの 科 K 始 かに受け身の姿勢で、 がよりでは、 ・現、教師、保育士、 一人の人間から のでは、 0 待するのでは - 学と学問 0) め ねら て、 子ども達を育 成 誰 小さな か う。 が 行 将 を か

ひでお) プロΨ ○荒木 秀夫(あらき フィール

徳島大学大学院 ソシオ・アーツ・アンド・サ イエンス研究部 教授。

運動生理学を専門として、脳科学を基盤にし た運動と行動の制御を研究テーマとしている。 実践的には、スポーツ・子どもの発達・学習問 題などと関係する脳の刺激感受性の向上を目的 としたコオーディネーション理論によるトレー ニング・学習の普及に取り組んでいる。



▲リズムに合わせてステップします

1) で誇れるコミュニティの創生に 来にわたる人材 ニケーショ ンを通じた豊 同 0) 時にコ

保育所運動指導効果と 子どもの変化・・・たちの変化を年齢別にまとめまし

各保育所における運動指導後の子ど



- ・運動が苦手だった子も、笑顔で参加するようになった。
- ・友達同士で励まし合う姿がよくみられるようになった。
- ・コミュニケーションも取れるようになった。
- ・運動指導後は、お腹を空かして給食を良く食べるように なった。

4歳児

- ・ご飯をいっぱいおかわりする子が多いので、病気をする
- ・外で遊んでいるときは、のびのびといつも笑顔で元気な声が園庭に響きわたっている。
- ・走り方が良くなり、遊びの中でのバランスの良さを感じる。

3歳児

- ・体力向上の日は、体操服を着て登所し、とても楽しみにしている様子がわかる。
- ・回を重ねるごとに、上達していることが目に見えてわかってきた。
- ・体を動かすことに喜び、こちらからの声掛けに対する反応が良くなった。

1歳児

・音楽がかかると子どもたちがリズムに合わせて自然に体を動かすようになった。

プロジェクト^{ゕま} ③ こどもクリニック~



…あなたの悩みに お応えします。

「逆上がりができない」、「前転ができない」などの運動に関する悩みから深刻な悩 みまで、子どもに関するさまざまな相談に荒木先生が応えます。

こどもクリニックは、不定期に開催をしていますので、相談を希望される方は、 生涯学習課 スポーツ振興係 (**☎** 57 - 4850) までご連絡ください。

出会い~こどもクリニック~

「この子は大丈夫ですよ。」 荒木先生の一言が、私達 家族の心に響いた。先生の言葉かけとジェスチャーだ けで、さっきまで出来なかったことができるようになっ ていく。不思議だ。まさに荒木マジック! 広報6月 号プロジェクトK始動(ぜひ読まれてください)。この 企画は、嘉麻市にとって将来きっと財産になる。私も 一緒に応援して行きたい。10月で2歳になったのんび りやの娘。まだハイハイで体を鍛えている。ここでま た先生の一言。「歩くのが遅い子ほど、後々すごい選手 になりますよ。」娘は将来オリンピック選手?!この

プロジェクトや先生との出会いに感謝!!

炎を終えて・・・保護者 F さんの話

息子は小さな頃から、公園に行っても遊具で遊ぶ ことを嫌がり、ボール遊びか走り回る程度でした。

荒木先生とお話をさせて頂き、息子ができないこ と苦手なことばかりを気にしていた自分に気付きま した。先生から「今の息子さんのペースで、息子さ んにできる動きや体を動かす楽しさを伸ばすことが 大切」と教えて頂き、私はとても気が楽になりました。 親子塾・こどもクリニックに参加して、私も子供も 体だけではなく気持ち(やる気)にも大きな変化と なり、成長の大切な糧となりました。

