

運動・スポーツで子どもたちを豊かに育み、そして輝かせる

プロジェクトK 始動

かま

昨今、子どもの体力低下、学力低下、情緒的問題、コミュニケーション問題等々、全国的に深刻な問題となっています。嘉麻市でも例外ではありません。

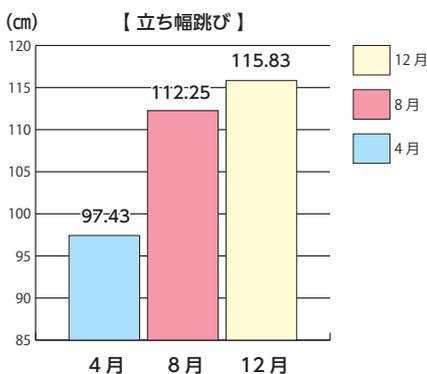
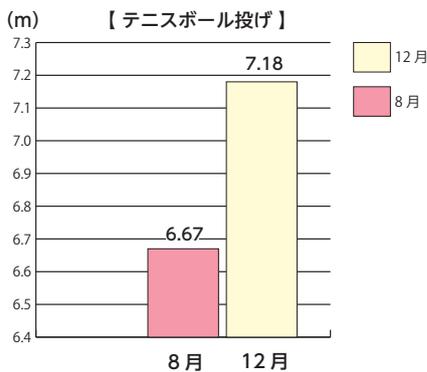
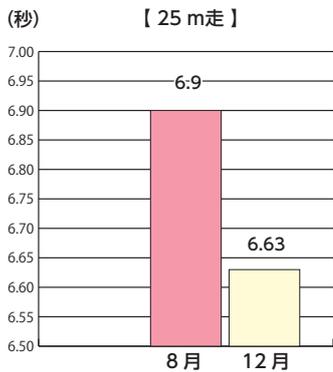
このような子どもを取り巻く問題を解決しようと、運動生理学を専門とし、脳科学を基盤にした運動と行動の制御を研究されている、徳島大学大学院 荒木秀夫教授と連携し、科学的知識と実践法による運動を行うことで、子どもたちの脳を活性化し、豊かに育む「プロジェクトK」を開始します。

記事に関する問合せ先

生涯学習課 スポーツ振興係

☎ 57・4850

嘉麻市立保育所(年長児)体力測定結果(抜粋)



※ 25m走及びテニスボール投げの初回データについては、雨天のため計測していません。

上のグラフは、市内保育所の子どもの体力テストの結果の一部を示したものです。4カ月ごとの結果ですが、この間に子ども達に対して、コーディネーショントレーニングを中心とした運動指導を行っています。子ども達は、4カ月ぐらいい経つと、成長とともに

少しづつ体力は伸びますが、グラフに示したように運動指導を取り入れることによって、はっきりと伸びることがわかります。

「幼児は、わずかな期間で大きく変わる！」

『子どもものの遊び、昔と今』

文責：荒木 秀夫

「子どもは天才」、これはよく聞く話です。親から見れば、わが子が言葉をしゃべり始めたり、歩き始めたりすることは当たり前のことでも、とて

もうれしく思うし感動さえします。子どもは、何気ない大人の言葉を真似るし、すぐに覚えます。音楽にしても、外国語にしても、とにかく覚え

るのが早いというのが子どもの特徴ですね。そんなわけで、音楽、スポーツを、そして勉強をと早いうちから習わせて、少しでも優秀児になって欲しいと思うのが親心というものでしょう。子どもがもつと能力を伸ばす良い方法がないものかと思うのも自然な願いです。

何十年前前の時代は、学習塾はそこそこあったものの、スポーツ教室や音楽教室は、そうやたらにあるものではありませんでした。学習塾に通うとしても、週に2回ほど通う程度でしょう。生活の基本は、毎日遊ぶことにありました。遊ぶにしても、家の中よりは外で遊ぶのが大好きで、当時の親がよく口にする言葉、「中にいないで、さつさと外で遊びなさい」。

なぜ体力低下？ 学力低下？

最近はどうなったかといえ、ほとんどの子ども達は、学習塾、音楽、スポーツ、習い事の教室に通うことが普通になりました。この傾向は、20年ほど前から見られます。しかし、その子ども達はどうかというと、体力低下、学力低下、情緒不安定、意思が弱い、我慢強さが足りないなどと散々言われていますね。なぜ、みんなが学習塾に行っ

ているのに学力低下なのか、なぜ、みんながスポーツ教室に行っているのに体力低下なのか。よく二極化ということも言われています。できる子ども、できない子が分かれているという意味です。学力も体力運動能力も二極化している。しかし、勉強ができて運動が苦手、運動ができて運動も勉強もできないという子どもが多く、ひとりの子どもが運動も勉強もできるという子はどれだけいるのでしょうか。体力テストと学力テストは単一位でみると相関関係にあります。しかし一人ひとりを見ていくと、そういう結果にはなりません。かつては両方得意な子どもが多かったです。





遊びの工夫

どうやら塾に通わせて、スポーツを習わせて、音楽も習わせる：それだけではすばらしい人間に育っていくという保証はなさそうですね。昔の子ども達と今の子ども達は何か違うところがあるのでしょうか。まず思い浮かべるの

は、遊びの違いということではないでしょうか。というよりは「遊びの工夫」の違いです。今は、遊び道具が豊富です。いろいろな用具が、店に行けば何でも手に入ります。その遊びの中心はゲームになってしまいました。決められた使い方、決められた攻略法です。外遊びはどうでしょうか。昔のように、真冬の凍った田んぼの上で、竹べらでスケートをするのではなく、今は立派なスケートリンク上でスケート靴を履いて滑ることができます。素手でゴムボールを使って野球をする。道具があってもグラブとバットだけで原っぱで野球をする。キャッチャーミットやマスクは夢のまた夢、ましてやベイスなんて使ったことがない。これが昔の野球でした。今は、野球といえば、少年野球チームで、ベースがあり、用具もそろって、指導者もいる、バッテリーマシンさえあるというのが子どもの野球です。少年野球チームに入っていない子どもが「野球もどき」をしている様子はまずお目にかかりません。

遊びの工夫は、結局のところ「創造の場」で芽生えることとなります。子どもは動物ともいわれています。本能

丸出しとまではいかなかったも、かなり自然の欲求に従います。その欲求とは何でしょうか。実は、それこそが身体の発達、脳の発達、心の発達を促すための、生きるための欲求なんです。その欲求がなければ、工夫をしない、創造しない、改良しない、つまりは遊びに創造性がないまま、誰かに言われるままに、決められた通りに「遊ぶ」ということになるでしょう。満たされない欲求は、いつしか変質するか、消え去っていきます。

意欲をかき立てる課題

人間は、過酷な環境の中で進化し、適応してきました。豊富な食べ物があれば、何の工夫もありません。食べ物不足すれば、何とか探そうとし、作ろうと工夫してきました。一人の人間にとっても同じことがいえます。十分に満足していれば、何も工夫しようとしません。工夫をして、少しづつ満足できたら達成感を感じ喜びを感じます。ただし、そのためには二つのことが前提となるでしょう。一つには、その工夫があまりにも難しすぎないことです。難しすぎると工夫し創造するという意欲が湧きません。つまり、



▲リズムに合わせてボールを上あげてキャッチ

できそうできない微妙な課題であることが、やる気を起こすということになります。そして、二つ目には、課題は常に自分で探すということが必要です。指導者や、親や、教師が与えた課題だけでは、やがて、誰かが課題を見つけてくれるという感覚が身につけてしまおうという感覚がなくなってしまうでしょう。たとえ誰かに与えられた課題であっても、子どもが自分なりに課題を作り替える余地を与えてやるとどうでしょうか。自分なりに課題を見つけてやることの準備となり、やがて自分で課題を見つけ自分でやるということに興味を持ち始めます。これが人間と動物との学習の違いです。つ



○荒木 秀夫 (あらき ひでお) プロフィール
徳島大学大学院 ソシオ・アート・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。



▲体の傾きを意識しながらコーンの間を駆け抜けます

「僕
がやる！」と叫ぶ子と、「やっ
て！」とねだる子の違いです。
**子どもの生活の中に
工夫を！**

この20数年来、脳の科学は大きく進歩し、また、いろいろな学問の進歩によって、多くのことが少しずつ、着実に明らかになってきました。そのことによって、子どもの能力を、より確かに伸ばす方法を考えることもできるようになりました。この子どもの能力を伸ばすという方法は、決して高度な知識がなければできないというものではありません。ほんのささやかなこと

で十分な効果が期待できるところがたくさんあります。子どもが工夫し創造すること、課題を自分から見つけ自分で行うとすること、…、そんなことを科学の目から、そして日常生活の目から見ても、子どもとの接点も楽しくなるし、希望が持てるのではないのでしょうか。まさに子どもの生活の中に、子どもとの触れあいの中に、大人の誰もが実践できる様々な科学と経験からの成果を取り入れてみてはどうでしょうか。「子どもの工夫」を促す「大人の工夫」です。そこで、次回からは、こうしたことをテーマにしてみたいと思います。

嘉麻市モデル

“嘉麻市モデル”とは、乳幼児から高校生に至るまで、各年代のためのコーディネーショントレーニングのプログラムを立案し、これを広く嘉麻市民の間に広めて、実践的に普及させることを目的とした事業のことです。家庭、学校、地域の中にスポーツや健康運動を定着させ、体力向上を図るだけでなく、主に、コーディネーション理論による子どもたちの知性、感性を育むことを狙ったものです。

“嘉麻市は人材の宝庫”…いつしか、そんな言葉がささやかれるようにしたいものです。決して夢で終わらせることなく、小さなこと、些細なことの積み上げが大事です。赤ちゃんから高校生、そして青年から高齢者、障がいを持つ子どもや大人達、誰もが生き生きと生活できる嘉麻市を目指して、誇れる市民文化を創りましょう。

嘉麻市コーディネーショントレーニングプログラムのねらい

