

子どもの心と体について・・・！

◆ ルールの伴う遊びを・・・。

子どもは遊びを通じて様々な能力を身に付けていきます。成長と共に自己中心的な遊びから集団遊びへと変化し、その中で理解力や人間関係を培っていきます。しかし、ただ自由に遊ばせているだけでは必要な能力は身に付きません。遊びの中にもルールや規律を設ける事で理解力、考える力、協調性、友達を称え思いやる心を培う事ができます。体育教室ではそのような遊び方へと子ども達を導き、遊びと運動を同調させながら心身の育成を行います。

◆ 学び方を学ぶ・・・教わり方を教わる・・・。

話を聞く、並ぶ、順番を待つという事はとても大切です。園での生活や体育教室でも重視して行っています。知識や技術は本や経験から学び身に付ける事ができます。しかし、学び方や教わり方、コミュニケーションのとり方は人から学びます。相手の目を見る、人の話に耳を傾ける、考えるといった習慣を身に付け、学び上手、教わり上手な子ども達を育てます。

◆ 縄跳び・ボール・マット・跳び箱・鉄棒の重要性。

縄跳び・ボール・マット・跳び箱・鉄棒には様々なスポーツ種目の基本となる動きが含まれています。逆上がりができないプロサッカー選手はいません。縄跳びが跳べないプロ野球選手はいません。筋力・持久力・柔軟性・視野を広げるなど人間の持つ基本的な能力を高める為の要素が含まれており、幼児期のうちから遊びと並行してこれらの種目を行う事で、将来単一のスポーツ種目へスムーズに移行する事ができます。

◆ 自己保全と他者保全。

ケガをしない為のとっさの身のこなしや危険な事を未然に予測するなど、自分の身を守る為の能力を自己保全能力と言います。体育教室では自分の身だけでなく他者の安全も考える事、いわゆる「他者保全能力」も同時に培います。遊びや運動中、友達にケガをさせないように考えて動く。友達を巻き込むような危険な事はやらない。といった他者を思いやる気持ちも幼児期のうちから身に付ける必要があります。

◆ 好き嫌いがはっきりする幼児期・・・。

幼児期では自分の苦手な事や得意な事、理解が高まり「好き！嫌い！」といった自己主張が強く表れます。選択肢の多い近年、子どもが嫌がる事は無理にやらせず好きな事をやらせるという考え方が定着しています。しかし、好きな事、得意な事を積極的にやらせるのも大切ですが嫌な事は避ける、嫌になったらやめるという習慣をつけさせてはいけません。少し背中を押してあげながら頑張る気持ちやチャレンジ精神を幼児期から培う事も大切です。

◆ 体育あそび

運動の種類が多様化し子どもの運動に関する考え方や理論が確立してきている近年ですが、その反面、運動をする子としない子の二極化やケガ・事故にあいやすくコミュニケーション能力が乏しいなど、子どもの心と体に関する問題が複雑かつ深刻になっています。グリーン体操クラブでは現在重要視されている運動あそび・コーディネーション運動・鬼ごっこ等を積極的に取り入れた体育指導を30年前から実践してきました。さらに、幼稚園・保育園の先生方の現場の声や保護者の意見に常に耳を傾け参考にし、時代と共に移り変わる子どもの変化に迅速に対応しながら、幼児の為の運動プログラム「体育あそび」を行っています！

