

ハドル通信

～No.6～

～組み立て体操とコーディネーショントレーニング～

初秋の候、皆様には益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

今回は、ハドル・スポーツクラブの組み立て体操に対する考え方をご紹介致します。

最近、運動会の組み立て体操の「ピラミッド」に対して物議をかもす記事を見かけます。

ハドル・スポーツクラブでは組み立て体操も「コーディネーショントレーニング」の一環として考えています。



まず、コーディネーション能力のひとつであるリズム能力の育成のために、表現しようとする内容や容(かたち)を写真や絵で子どもたちに見てもらいます。その容を子どもがイメージするように身体で表現させてみて、完成する容を決めていきます。決して大人が考えた内容を押しつけているわけではありません。

また組み立てて作っていく際には、両手をしっかり付くというバランス能力や手と足を同時に使うという連結能力も必要となります。年間のカリキュラムの中にはこのような能力を十分育成できるプログラムを織り込んでいます。

運動会の前だけ取ってつけたように組み立て体操を行うのではなく、幼児期に行う年間の運動のプログラムの一つとして組み立て体操は位置づけられています。

問題の「ピラミッド」も、幼児期は3段までと決め、更に子どもには1分の1の荷重にならないように工夫して作るようにしています。

その他、笛の合図で素早く動ける反応能力や、友達の肩に足を掛ける為に距離感を知る定位能力など、様々なコーディネーション能力の育成を可能にする内容が多く含まれています。

運動会で保護者の皆様や教職員を感動させてくれる幼児の組み立て体操はこのような背景から生まれています。どうぞ温かく見守ってご声援下さい。運動会当日の大きな拍手を励みに子どもたちは一生懸命練習をしています。

ハドル・スポーツクラブ 代表 平井博史

☆ホームページができました☆
<http://www.huddlesports.co.jp/>

☆ハドル通信のバックナンバー (No.1～No.5) やスタッフブログもこちら ↑ からご覧いただけます☆