

多様な運動体験プログラムの実施！

～7/15(土)、ミズノ「ヘキサスロン」とのコラボ実践～



名古屋学院大学では、7月1日(土)、8日(土)、15日(土)、23日(日)、29日(土)、8月5日(土)、6日(日)の7日間、瀬戸キャンパスにおいて、瀬戸市内の公立小学校に通う運動があまり得意でない1・2年生を対象に、瀬戸市教育委員会と共催で「多様な運動体験プログラム」を実施しています。プログラムでは、中野 貴博スポーツ健康学部准教授とスポーツ健康学部所属の学生が指導者となり、少しでも運動の楽しさを知ってもらうことを目的に、身体感覚やバランスなどの能力に注目した様々な運動動作を行います。第3日目となる7月15日(土)の実践では、ミズノが展開するスポーツプログラム「ヘキサスロン」とコラボレーションした運動実践を行います。

【プログラムの目的】

本プログラムは、単に体力・運動能力を向上させることだけを目的にはしていません。可能な限り多くの運動動作を組み込むことで、できる楽しさや習得する楽しさ、できない悔しさも味わってほしいと考えています。教わることやルールを守ること、みんなで力をあわせる運動形態も重要なプログラムの要素になっています。

【プログラムの内容】

幼少期はヒトの運動能力発達において最も多様な経験が必要な時期とされています。文部科学省が示す運動指針でも一つの運動ばかりではなく、多様な動きの経験がその後の運動能力や動きの洗練化につながるとされています。本プログラムでは、①身体感覚能力(動的ストレッチ、ケンパ、ラダー運動、ミニハードル)②バランス能力(平均台、バランスディスク、フラフープ)③投げる・打つ・捕るなどの道具を使う運動(ロケットボール、的入れゲーム、ばくだんゲーム、ダイビングキャッチ、ティーボール)④動きの反応・変換を養う運動(様々なルールを取り入れた鬼ごっこ)⑤複合的な運動(走る・跳ぶの組み合わせ運動、障害物競走)の5つの運動能力に注目して実践を行います。



<多様な運動体験プログラム>

■ 開催日時：2017年7月15日(土) 10:00～11:30

※その他下記の日程で実践を行っています。

7月1日(土/終了)、8日(土/終了)、23日(日)、29日(土)、8月5日(土)、6日(日) 各日10:00～11:30

■ 開催場所：名古屋学院大学瀬戸キャンパス 第1・2グラウンド、体育館

(〒480-1298 愛知県瀬戸市上品野町1350)

■ 主催：名古屋学院大学スポーツ健康学部

■ 実施運営：中野 貴博スポーツ健康学部准教授／スポーツ健康学部生10名程度

■ 共催：瀬戸市教育委員会

■ 参加者：瀬戸市内の公立小学生に通う運動があまり得意でない小学校1・2年生
32名(103名応募中)