

笑顔で遊ぶ中で

運動能力の基礎づくりを!!

◎バルシューレとは

バルシューレとは、ドイツ・ハイデルベルク大学で1998年に開設された「ボール運動」プログラムです。約150種類の遊びを通じて子どもたちのボールゲームの能力を開発する目的で誕生したものです。子どもの発達段階を考慮したプログラムが用意され、幼児から小学校低・中・高学年へとステップを踏まえて指導されていきます。子どもたちは、遊び感覚で楽しく夢中に運動に取り組みるのが魅力です。



幼児の部

◎子どもの運動能力の向上に向けて

小さい子どもの世代は、どのような目にも通ずる器用な身のこなしや、多様な戦術的思考など多くのボールゲームに共通する技術の土台を築くことを目指しています。子どもの運動能力は、身近な遊びの中で培われることが多くありま

バルシューレ教室の開催

だが、近年子どもたちの遊び方も室内ゲームの増加と屋外遊びの減少などで片寄る傾向にあります。昔は、自然の中で遊ぶことも多く、その中で遊びの工夫がされ、いろいろな運動能力を知らず知らずのうちに身に付け、合わせて集団でのコミュニケーションなども身に付けてきました。

バルシューレでは、子どもの多面的な能力を伸ばすために多種多様な運動・ゲーム形式・用具などを選択し、段階的に個別スポーツへの移行を図っていきます。

また、コミュニケーション能力の向上も図ることができます。

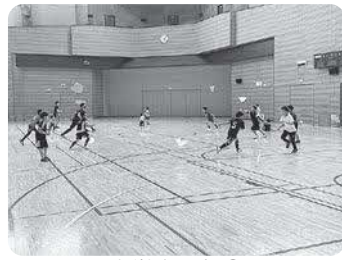
◎バルシューレ教室の様子

5月23日(月)、北斗市総合体育館において、4人の指導者をお迎えし、道南初の「バルシューレ教室」が開催されました。北海道道南ブロックでは、各スポーツ団体と協力し、スポーツの入り口づくりとして「バルシューレの活用」を通して幼少期に必要な運動能力を楽しくみながら身に付ける環境を提供したいと考えています。

今回は、幼児(3・4・5歳児)と小学生(1・2・3年生)を対象に、2部構成で指導にあたりました。参加者の中には、運動未経験の子どもや初心者の子どもも交えて、総勢19名の子どもの参加となりました。各50分間の指導でしたが、最初は緊張していた子どもたちも徐々に慣れ、笑顔いっぱい元気あふれる教室になり、大いに盛り上がりました。

幼児の部では、5名で少人数の参加でしたが、4名の先生と挨拶を交わすうちに徐々に打ち解け笑顔も増えていきました。中には涙ぐむ子もいましたが、女性の先生の声掛けと励ましで最後までやり遂げることができました。ボールやスカーフ・スポンジ板などを使用しているような動作をして楽しく遊んでいました。

小学生の部では、14名が参加し、ボールを使用していろいろな動作を交えて投げたりキャッチして相互間で機敏に動くなどの動作をしました。他にも、転がるボールを四つんばいで逃げ回り身を交わす運動など、楽しく取り組む様子が見られました。ボールを蹴ってコーンに当て、そのコーンを置き換え



小学生の部①

ていきゴールを目指す競技では、子どもたちが夢中になり真剣に取り組んでおり、指導者から示される動きを楽しみながら取り組む様子が印象的でした。

◎バルシューレ教室を通して

今回、幼少期に必要な運動能力を「楽しみながら身に付ける」という狙いでバルシューレ教室が開催されましたが、多くの興味関心が持たれる教室となりました。見学されていた教育委員会の方々、北斗スポーツクラブスタッフの方々、そして保護者の方々も興味深く参観されていました。

子どもたちは、指導者から示されたことをやらされている感覚ではなく、いろいろな器具を使い自ら遊んでいる感覚で動き回るうちに、どの種目にも夢中になっていきました。

そして、笑顔と笑い声で子どもたちの動きもますます良くなり、運動量も増えていきました。50分間の短い活動でしたが、子どもたちは満足して楽しいひと時を体験することができました。



小学生の部②

(北斗市スポーツ推進委員会
委員長 安達 孝義)