

のしろ児童館だより

小松市北浅井町へ29

TEL・FAX 22-6430

平成29年 10月号

体操教室

児童館に集まってくる子ども達の大半は、体を動かすことが大好きです。廊下を走ったり、鬼ごっこをしたり、ドッチビーをしたり、「修行」と称して筋トレをしたり、とにかく体を動かすことが大好きです。そんな子ども達の「夏休み」のことを考えた時、炎天下の外で遊ぶこともできず、何か児童館の室内で体を動かす適当な運動はないだろうかと考えました。その結果、狭い児童館のなかでも十分に体を動かせる運動として「体操」を選びました。指導は専門のインストラクターの方に依頼するべきだろうとも考えました。

参加希望者を募集してみると、予想以上の人気でした。20名の定員で募集したところ、40名を超える応募者があったので、2クラスに増やしました。一回の実施では上達が見込めないで、夏休み中に三回実施することとしました。さらに当日は「見学」希望者が多くいて、その子達にも参加の機会を与えるようにしました。

体操教室の中で「感心」したのは、子ども達は「美しい動き」を体で理解し、自分でもその動きを実践しようとする力を持っていることです。大人は、見て「美しい動き」を理解することはできますが、なかなかそれに近づくように体を動かすことはできません。しかし、子ども達は美しい動きを見て、上手い下手はあったとしても、すぐにそれを自分の体で表現しようとするのです。その体と心の柔らかさには感心しました。

特に子ども達が熱心に取り組んだのが「側転」です。足をしっかりと伸ばして「側転」すると体の傾きもなくきれいに回ることができます。動きも「両手」「両足」のリズムではきれいに「側転」することができませんが、「片手」「片手」「片足」「片足」のリズムを意識してやると、きれいに「側転」することができます。そういう「コツ」を子ども達はすぐにのみこんでいました。

最終日には「バク転」の初歩も練習しました。「どんぐり」という「バク転」の補助器具を使っての練習です。子ども達も怖いと感じる「バク転」ですが、大部分の子ども達が「挑戦」しました。インストラクターの方の補助もあり、挑戦した子ども達は全員回転することができました。これは子ども達もとてもうれしかったようです。

練習のなかにあった「跳び箱」は苦手な子が多いのですが、「とびばこがとべてたのしかった。」「きれいなとびばこがたのしかった」などという感想も聞かれました。

また、インストラクターの方が最後に跳び箱の模範演技で「ヘッドスプリング」「ハンドスプリング」の技を見せてくださいました。これも子ども達には強烈な印象を与えたようで、自分もその技をやってみたいという子ども達がいました。また「バク転」を補助器具なしで回ってみたいという子ども達の声もたくさんありました。こんな子ども達の「声」をさらに実現できるように、「体操教室」の機会を今後も持てたらと思っています。