アクティブ☆チャイルド☆サポーター通信

私たちは、元気な子供を育むACPを推奨しています。

＼運動・スポーツの大切さを科学的に解説／

東京オリンピックのレガシーとは？

国際オリンピック委員会は、オリンピックの開催国や都市に“ポジティブ”な遺産「レガシー」を残すことを推奨しており、①スポーツ、②社会、③都市、④環境、⑤経済、の5つの観点から評価しています。

1964年に開催された東京オリンピックの際にも、多くの「レガシー」が残されました。例えば、新たな競技場が建設され、高速道路や地下鉄、上下水道などのインフラも整備されました。また、金メダルを獲得した「東洋の魔女」に感激した女性による「ママさんバレー」が全国的に行われ、生涯スポーツ（社会体育）が普及しました。

2020年には2度目の東京オリンピックが開催されますが、スポーツをする機会を提供することや、緑地を増やして生活環境を良くすることなど、既に新たな「レガシー」を残す計画が進められています。オリンピックは、選手の活躍によって感動することに留まらず、開催国や都市の住民がより豊かな生活を送るための起爆剤となるのです。

つなげよう！　ぼくらの未来に　レガシーを！

今月の運動遊び　やってみよう！

お子さんに紹介したり、一緒に遊んでみましょう

ムカデドッジボール

★特徴

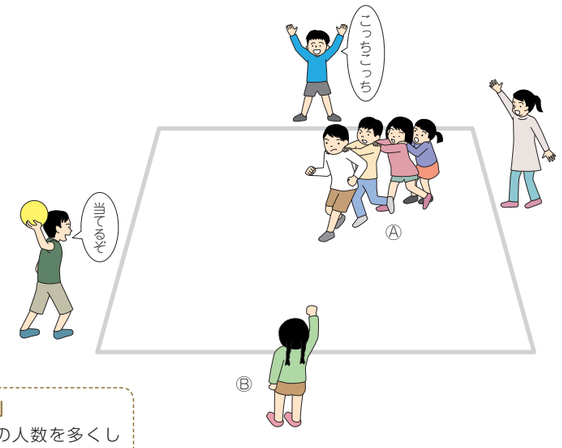
2グループに分かれ、コートの中に入るグループⒶが前の子の肩に手を置いて列をつくり、外にいるグループⒷがⒶの列の最後尾の子にボールを当てるゲームです。

★遊び方

❶6m四方のコートを描きます。
❷4人グループを2つ（ⒶとⒷ）つくります。Ⓐはコートの中に入り、先頭を決め、前の子の肩に手を置いて列をつくります。
❸Ⓑはコートの外に出て、パスをつなげながらⒶの一番後ろの子にボールを当てます。
❹Ⓐは一番後ろの子以外にボールが当たってもセーフです。
❺両方のチームが実施し、短い時間でボールを当てたチームが勝ちです。列の手が離れたら、ボールが当たったことと同じにします。

★気をつけること

- 顔は狙わないようにしましょう。
- 列の子は前の子の上着を引っ張らないようにしましょう。



遊びの展開例

- グループの人数を多くしてみましょう。
- コートを小さくしてみましょう。
- ボールの大きさ、やわらかさを変えてみましょう。

日本体育協会のACP総合サイト

遊び方を動画で確認できます。
他にもたくさんの運動遊びを紹介しています。

ACP　日体協　検索

今月の予定　2018年 4月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

＼コラム／ クローズアップ体育

タグラグビーをご存じですか?

保護者の方で、子供の頃にサッカーとバスケットボールを体育授業で経験していない人はいないと思います。なぜだかご存じですか？ それは文部科学省が示す学習指導要領に、この2つのボール運動を実施するように明記されていたからです。

しかし、2008年に示された学習指導要領では、これらに替えて他のボールゲームも実施して良いとされました。つまり、保護者の方がプレーしたことがないボール運動をお子様が実践している可能性があるのです。

例えば、タグラグビーをご存じですか？ これはラグビーを簡易化したボール運動です。タックルの代わりに、腰につけた「タグ」と呼ばれる帯を取ることで、相手の前進を止めることができます。「しっぽ取りオニ」が発展したようなボール運動です。

この例のように、お子様は多種多様なボール運動を行っています。ぜひ、「体育で、どんなボール運動をしている？」と話題にしてください。もしかしたら、保護者の方が昔行っていたスポーツの簡易版を実践していて、会話が盛り上がるかもしれませんよ。