

特別企画

★子どもの体力向上に取り組むクラブ★

さざ俱樂部

長崎県北松浦郡佐々町

令和元年以降、子どもの体力が低下傾向にあり、新型コロナウイルス感染症拡大により拍車がかかった運動不足について、抜本的に改善することが必要とされています。そこで今回は、子どもの体力向上に取り組むクラブについて紹介します。

1

クラブ概要

- 事務所** 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123佐々町公民館2階
- 会員** 101名
- 教室** テニス、バドミントン、ジュニア陸上&ニュースポーツ、バレエエクササイズ(水・木)、ピラティス(月・木)、ポールピラティス、エアロビクス、書き方教室
- 事業** 佐々っ子土曜学習プログラム事業 佐々っ子スポーツ塾
町内の小学生のキャンプ
体力測定&ニュースポーツ教室
- 事務局** 15名の構成で活動

2

町内の小学生はだれでも参加できるスポーツ塾

学童保育の時間内のスポーツ指導からスタート

当クラブでは、「佐々っ子スポーツ塾」として、町内の小学生を対象とした運動教室を平成22年度より年10回開催しています。

この教室を始めたきっかけは、町内に2校ある小学校の学童保育に対して、体力向上の一環として土曜日の学童保育の時間内にスポーツ指導のお手伝いをさせていただけないかと提案したことです。学童保育で2年間指導を行い、現在では開催場所を町民体育館等に移して、町内の小学生であればだれでも参加できる「佐々っ子スポーツ塾」を行っています。

参加申込は年に1回受け付けており、今年は町内2校ある小学校に学校を通して募集チラシを配布してもらい、4月末の3日間クラブ事務所において受け付けを行い、26人の応募がありました。

「佐々っ子土曜学習プログラム推進事業」による
佐々っ子スポーツ塾

令和5年度
参加者募集

対象者：佐々町内小学生（全学年）
期：令和5年5月～令和6年3月（計10回）
※回数は参加人数により変更します
時：土曜11:00～12:00
場：佐々町民体育館
参加料：年間10,000円（保険料込）
※お持ち帰りのもの：練習用シューズ・水筒・タオル
※運動のできる服装

※お申し込みは、お申し込み用紙またはお申し込みフォームからお願いします。

お申し込み

受付期間：4月22日（土）23日（日）24日（月）
受付時間：10:00～12:00
受付場所：佐々町公民館2階 さざ俱樂部 事務局

※お申し込みと参加料をご持参下さい※

（お問い合わせ先）
さざ俱樂部：TEL 070-2407-2621 E-mail: saza@sports0123@gmail.com
佐々町教育委員会（佐々町公民館）：TEL 62-6294

実施団体（主催）総合型地域スポーツクラブ「さざ俱樂部」 代表：宮島 真知代
（後援）佐々町教育委員会

土曜学習 スポーツ塾申込みチラシ

基本運動から運動遊び、ニュースポーツも実施

佐々子スポーツ塾では、基礎的な柔軟運動やサーキット活動で体ほぐしを行ったあと、計画書に基づきさまざまな種目を実施しています。走る・投げる・跳ぶなどの基本動作を養う運動やボッチャやフロッカー（フロアカーリング）などのニュースポーツも取り入れ、子どもたちが楽しく笑顔で参加できることを目標にしています。子どもたちからの要望を受けて、広い体育館のなかを存分に走り回って行う鬼ごっこや、縄跳び、ドッジボールなどの運動遊びを行うこともあります。



フロッカー（フロアカーリング）



ボッチャ



ボール運びリレー

オリンピックとの貴重な体験

また、県内在住のオリンピックにお願いして、陸上競技の指導教室を年に1～2回開催しています。走ることの基本や正しい姿勢などを手とり足とりわかりやすく指導してもらい、子どもたちは目を輝かせて参加しています。オリンピックとの貴重な体験は、子どもたちに「走るのが速くなった」と自信を植えつけてくれます。



オリンピックによる陸上指導

このように、スポーツ塾をきっかけとして運動が苦手な子どもたちにスポーツの楽しさを体験してもらえるよう教室運営を行っています。また、さまざまな種目を実施することで、走る・停止・歩くといった運動機能のほかに、集中力が高まり、耳を澄ませて話を聴くという行動もできるようになりました。

この3年間は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で参加者が激減しました。どのように対応したらよいのか、来月は開催できるのかと不安の日々でしたが、子どもたちの元気が私たち指導者の力の源となり、現在まで活動が続けることができています。

3 日々の教室を通して実感する子どもの成長

活動を開始したころは元気のない子どもたちも見受けられ、まず「朝ごはん食べてきた？」と問いかけていました。今では生き生きとした表情で元気にあいさつをし、バランス・柔軟運動や体幹トレーニングもできています。保護者からは「子どもがとても喜んで参加したので、お友達にも声かけし一緒にいきます」ということばもいただきました。日々の教室を通して子どもの成長がうかがえて楽しいです。

安全管理の面では、近年異常な暑さが続いているので水分補給に気をつけたり、十分な人数の指導者を配置し、体調管理にも気を配っています。また、保育士に協力をお願いし、幼児も少数教室に参加しています。

4 広報活動に力を入れ、コロナ前の活気をめざす

以前行っていた、町内二つの小学校の4年生～6年生の希望者を対象としたキャンプも、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で実践できていません。コロナ禍で指導者も入れ替わったため、十分な話し合いを行ったうえで再開していきたいと考えています。

また、毎年10月に実施している「体力テスト&ニュースポーツ教室」も新型コロナウイルス感染症拡大において参加者が激減したほか、定期的な教室も参加者が激減し、夜の教室は閉鎖しておりました。

しかし、今年度は小学校へのチラシ配布や、指導者から保護者への声かけなどを行い、昨年度より参加者が5人増加したほか、参加者の呼び戻しに向けて広報活動に力を入れ、コロナ禍前の活気を取り戻していきたいと考えています。

さざ俱樂部 会長 宮島 真知代

クラブプロフィール

設立年月日 平成21年3月21日

所在地 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123 佐々町公民館2階

運営 会員数:101名(令和5年1月現在)、予算規模100万円程度

特徴 『明るく健康な生活』を送るための町民スポーツの活動への定着をめざしています

連絡先 〒857-0311 長崎県北松浦郡佐々町本田原免123

TEL:070-2407-2621

HP: <https://saza-club.bbs.fc2.com/>

E-mail: sazaprots0123@gmail.com

