

特集

PDCAサイクルにより運営の改善等を図るクラブ

うすねニュースポーツクラブ ＜群馬県沼田市＞

自立・自律したクラブへと至るためには、クラブの理念を踏まえ、将来的な到達点を明確にした目標を設定する必要があります。そして、その達成に向けた具体的な取り組み計画を策定した上で、計画に基づく活動を着実に実行し、その内容および効果を定期的に検証することによって常に改善を図っていくといったPDCAサイクルによって取り進めることが重要です。

そこで今回は、PDCAサイクルにより運営の改善等を図るクラブの取り組みを紹介します。

★「PDCA」とは、P(Plan「計画」)・D(Do「実行」)・C(Check「検証」)・A(Action「改善」)の頭文字から名付けられた効率的な業務遂行のサイクルを表した考え方のこと。

「総合型地域スポーツクラブ育成プラン2018」(平成30年4月1日：公益財団法人日本スポーツ協会)

1 クラブ概要

1年の準備期間を経て、年間7教室でクラブを始動

1年間の準備期間を経て、平成15年12月3日に総合型地域スポーツクラブとして設立しました。設立するにあたり平成14年に、総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会を組織し、スポーツ振興くじ創設支援事業に取り組みました。さらに基本計画を立て、「指導者会」を設置し、地域のスポーツ指導にあたるなど7項目の基本計画を策定して実行しました。この時すでに組織していた、チュックボールクラブ、ターゲットバードゴルフクラブの2つのクラブを母体に指導者会を組織し、基礎・基盤づくりが重要と考え、まずは、指導者の育成に努めました。会員を増やすためにダンベル体操やエアロビックの無料体験教室を開催。参加者をとりまとめて、それぞれ新たにサークルを立ち上げ、うすねニュースポーツクラブの傘下団体として登録していただきました。この4つのサークルがクラブとしての体験教室を開催するとともに、当地区の体育指導委員(スポーツ推進委員)には「軽スポーツ」のキンボール教室を、スポーツ少年団指導者にはキックベースボール教室を担当していただきました。「健康教室」としては、地域の皆さんとスポーツ少年団員を対象に体力測定を実施。1年間で以上の7教室を開催し、282名の参加者の中から協力者を募り、総合型地域スポーツクラブとして設立しました。

群馬県教育委員会や沼田市教育委員会の指導をいただき、沼田市薄根公民館を活動の拠点とし、子どもたちの健全育成や高齢者の生き甲斐づくりなど、住民が誰でも楽しめるニュース

スポーツの普及・啓発を目的として、元気な地域社会の実現を目指し、活動しています。

現在は、8つのサークルと5つのスポーツ少年団で運営

【サークル】

「薄根チェック&軽スポーツクラブ」「薄根ターゲットバードゴルフクラブ」「ダンベル体操愛好会」「エアロビックぬまた」「パドルテニスクラブ」「沼田だんべえ踊り愛好会」「健康生活推進クラブ」「トランポビクス 花車・Gジャンピングクラブ」

【スポーツ少年団】

卓球、野球、サッカー、柔道、エアロビック

クラブ内に「派遣指導者バンク」を創設

また、派遣指導者バンクを平成17年に組織。現在40名の指導員が登録し、クラブの活動を支えています。群馬県スポーツ協会には、健康指導者バンクがあり、私もそこに登録し学んでいました。「この組織のような仕組みをクラブ内にできたら、もっと、身近にスポーツを楽しむの人数が増えるに違いない。自分たちが足を運べば必ず運動したい人はたくさんいるのだからヒットする」と考えました。

平成17年、クラブに指導者バンクを組織して以降、指導者派遣の依頼があった際は、学校・行政・サークルなどに指導者を派遣しています。



ミズノウエルネス沼田と合同で「スポーツ祭り」を開催
フローライフル、ラダー、ミニハードル、ダンベル、
だんべえ踊り、ミニトランポリン。ダンスショーも大好評！！

2 クラブの現状を知る

現実を直視して「気づき」→PDCAを活用→充実した事業に

PDCAサイクルを活用することになったきっかけですが、現実を直視することが大切だと思ったからです。「教室を開催しても人が集まらない。良いと思って実施した事業も地域のニーズに合わなかった。それは何故?」。この「気づき」が大変重要です。計画を立て、実施し、評価し、修正を加えて、次回また新たに計画を立てて実行します。改善点が見つかれば修正し次回へとつなげます。「広報活動が不足?」「参加費を徴収したが金額設定はどうだったか?」「行政との協働事業はどうか?」などの改善点の発見とともに、年々進化していきます。

このようにクラブを運営する中で、PDCAサイクルがとても重要なことであると知り、その後は、事業計画とともに毎年PDCAサイクルを取り入れ、充実した事業(内容)ができるよう工夫しています。その工夫とは、繰り返し、続けることです。それにより指導者の資質や技術が向上し、結果、参加者の満足度は上がり、事業や教室の評価がアップ。そして充実した事業にもつながります。このようにPDCAサイクルは、クラブを運営する上でなくてはならないものです。

中学校へ「ダンスエアロビック」の指導者を派遣 自己評価シートを活用

指導者は、各サークルでの活動もしていますが、指導者バンクの指導者としての活動が中心となっており、その指導においてもPDCAサイクルを取り入れています。

一例として、毎年、地域の中学校から依頼があり、1年生から3年生までの体育の授業(武道とダンスの選択)のうち5日間、「ダンスエアロビック」へ指導者を派遣しています。エアロビックの基本的な動きの習得により体力の向上を目指すもので、チーム全員で創作し、演じることで思考力、判断力、表現力を育成するなど、知・徳・体の「生きる力」を育みます。このエアロビックの良さを学校に理解いただき、現在も授業を継続しています。

「PLAN」では、時系列の工程表を作成します。「DO」は、エアロビック指導者が複数で指導を実施。毎回、反省会を行い、生徒の感想を確認しています。反省会は、学年体育主任とサブ主任の先生方と私たちクラブ指導者3名で行い、動きの出来栄や、理解度を確認をし、次回の指導へ反映していきます。毎回生徒たちは、A4用紙の自己評価シート(4段階)にチェックするとともに、今の気持ち・感想を記載し次回へとつなげます。

【生徒の感想】

「最初は、つまらなかったけれど、だんだん汗が出てきて気持ち良かった」

「ステップも上手にできるようになったら、楽しかった」

「フリーパートを仲間と相談できて、最後は仕上がって踊れて良かった」 等



「チーム・ダンスエアロビック」
中学校の授業に協力。学校体育が充実し、生徒の体力向上とともに楽しく活動しています。最終日の発表会は保護者も見学。

3 PDCAサイクルの活用で得た着眼点と成果

自己評価シート＝生徒の理解度と動きの向上に不可欠

「CHECK」生徒の感想を確認し、理解度と心の動きをチェックします。苦手な部分の反復練習により、動きの連携がうまくいくようになります。生徒の自己評価シートには「エアロビックがだんだん楽しくなりました。もっと、頑張ります」とのコメントもあり、生徒たちの心が動き出します。

「ACTION」仲間同士の距離間や配列など改善点を伝え、さらにバランスの良い一体感のあるダイナミックな動きに仕上がります。

自己評価シートには、教室の終了5分前に毎回記載します。自己評価のため、自分が良くて満足なら高い評価になり、先生みたいにうまく動きたいという生徒は低い評価になります。学校の先生方たちはそんなところも見逃しません。さらに、今の気持ちや感想をシートに記入します。

自己評価シートは、クラブ側で作成し、学校で印刷して配布していただいています。このシートによる評価を踏まえて、より良い成果が上げられるよう努めています。やはりPDCAサイクルは、指導の中でも重要な視点となっています。

このように、自己点検・評価が必須であり、社会情勢や住民意識の変化に対応し、タイムリーに計画を修正していく必要があると考えています。

4 クラブのこれから

コロナ禍で学んだ動画指導の重要性 今後はHP作成と情報発信で活動拡大

これまで、地域の教室で指導を行ってきましたが、新型コロナウイルス感染症予防のため、2月の後半から7月まで、クラブの事業は全て中止としました。その間、これまで教室に参加されていた皆さんからは、動画を流してほしいとの相談をいただきましたが、準備ができず、対応できませんでした。

教室を休止したことで、地域の皆さんの体力はかなり落ちています。ウェブによる動画での指導を含め、クラブとして情報提供できるような環境整備が急務でもあると痛感しています。

クラブの活動を理解いただき、活動の場を広げるためにも、クラブのホームページを作成し、情報を発信することが重要になります。さらに、動画による指導等にも力を入れるため、スポーツ活動継続サポート事業※ に取り組むこととしました。

今回の、新型コロナウイルス感染症を機に、新たな活動にチャレンジするとともに、活動の場を広げ、また、情報も積極的に発信していきたいと考えています。

※スポーツ庁 令和2年度第2次補正予算事業

スポーツ活動サポート事業 URL: <https://www.japan-sports.or.jp/tabid1281.html>

クラブの維持・発展のために、新たなクラブの在り方を模索

クラブの会員数は、総合型クラブ設立当初からあまり増減はありませんが、クラブの活動を通じ、スポーツに関わる方は確実に増えてきています。

クラブ設立から、すでに15年以上が経過し、会員は運動を継続しているため、元気に活動していますが、クラブを維持し、発展していくためには、運営するスタッフの力が必要です。新たな事業に取り組むことや、地域にある団体との交流・共存を大切にして進むことも必要です。また、新しい組織をつくり地域貢献するのもよいでしょう。これからのクラブの在り方を考えていく必要があると感じています。

(うすねニュースポーツクラブ 会長兼クラブマネジャー 小野里 順子)

クラブ プロフィール

設立年月日 2003年12月3日

所在地 群馬県沼田市下沼田町733-1

運営 会員数181名(令和2年7月現在)、予算規模 486,000円(令和2年度)

特徴

- 行政や他団体との連携協力による地域づくり
- 派遣指導者バンクの活動範囲の拡大による人材育成
- ・委託事業 沼田市健康福祉部健康課 「New福ろうクラブ」筋トレ教室 等
- ・派遣事業 ミズノウエルネス沼田 「スローエアロビック」等

※その他、近隣市町村及び総合型地域スポーツクラブとの委託契約により運動教室を開催

連絡先 〒378-0063 群馬県沼田市下沼田町733-1 沼田市薄根公民館内

TEL 0278-22-3160 携帯 090-2322-0082(小野里)

E-Mail onozatoj@mail.wind.ne.jp (小野里)



「生涯エアロビックフェスティバル」in沼田
子どもも大人も楽しくみんなでパブリカを踊りました。
放課後子ども教室「うすねわくわくスクール」発表風景



薄根地区振興協議会主催「スポーツ教室」
主管:うすねニュースポーツクラブ
実業団選手を招いて、卓球教室を開催
「基本技術から実践で学ぶ」集合写真