

## 「のびたくん教室」

近年、子どもたちの体力低下、運動をする子とそうでない子の二極化が叫ばれています。そんな中、平成20年度の体力テストで国や県、市の平均と比較しても、朝日丘地区の子どもたちの体力が非常に落ちていることが分かりました。これに危機感を覚えた朝日丘スポーツクラブでは、子どもたちの体力低下を食い止めるため小学校でコーディネーショントレーニングを導入し、子どもたちの体力（敏捷性(注1)、巧緻性(注2)、協応性(注3)等）の向上を図ることを学校と市のスポーツ課へ提案しました。

クラブ側の熱心な説得が実り、朝日丘中学校区内3つの小学校の理解と豊田市教育委員会からの協力が得られ、平成21年度に3年生の合同体育の時間に、子どもたちの体力（注1～3参照）を向上させるため、コーディネーショントレーニングが行われました。

平成22年度からはクラブの事業として各小学校で参加者を募集し、現在では年中～小学校3年生までを対象として教室を行っています。学校との連携事業として理解が得られているため、教室の時間帯も学校開放の時間ではなく、授業後の体育館を使用することができています。

「のびたくん教室」は3つの小学校で毎週1回行われています。費用は年会費18,000円と参加料4,000円（年間）で、1回あたりの参加費が500円となるように計算しています。指導者は市の指導者研修会などに参加した保護者（実際に活動している子どもの親の一部）が主に担っています。習熟度や年齢による差もあるため、1回の教室に4～5名の指導者を配置しています。

始めた当初は動きが少しぎこちなかった子もいましたが、運動を続けることによっていろいろな動きができるようになり、「もっとやりたい」「今度はこれやって」と積極的になりました。メニューはいつも同じものではなく、毎回新しい動きを取り入れ、子どもたちが飽きないようなプログラム作りを意識しています。

今年の夏休みには、「のびたくん大運動会」と称して、日頃から取り組んでいるいろいろな動きを組み合わせで行われる障害物リレーや、雑巾がけリレーなどを行い大変盛り上がりました。

実際に活動している子どもの保護者からも「体を動かす事を楽しむようになった」、「積極的に行動できるようになった」、と好評を得ていることから参加者も年々増え、クラブの事業としても軌道に乗ってきました。

子どもの体力低下は朝日丘地区の子どもだけでなく、全国共通の課題です。朝日丘スポーツクラブでは、今後もこの課題解決のために、地域、学校と協力しつつ活動していきたいと考えています。



権田 瞳 愛知県クラブ育成アドバイザー

注1「敏捷性」・・・身体を素早く正確に、適切に動かす能力

注2「巧緻性」・・・身体を巧みに器用に、適切に動かす能力

注3「協応性」・・・身体の複数の器官や機能を、適切に連動させて動かす能力

## 【NPO 法人朝日丘スポーツクラブ プロフィール】（平成 23 年 9 月現在）

1. **設 立** 設立年月日：平成 16 年 10 月 （NPO 法人設立 平成 20 年 8 月）  
経緯：朝日丘中学校区で以前から活動している朝日丘サッカークラブと地域コミュニティ会議で活動していたテニスグループが連携し設立。
2. **地 域** 人口：朝日丘中学校区 約 26,000 人  
特徴：自動車産業が中心の工業都市
3. **クラブ** 会員数： 605 名（正会員、利用会員、賛助会員、指導者含む）  
予算規模： 約 23,000 千円（市補助、toto 助成）
4. **連絡先** 〒471-0852 愛知県豊田市御幸町 1 丁目 34 番地  
TEL・FAX 0 5 6 5 - 3 2 - 7 8 1 2  
E-mail [aspc7812@hm9.aitai.ne.jp](mailto:aspc7812@hm9.aitai.ne.jp)  
URL <http://hm9.aitai.ne.jp/~aspc7812/>

関連リンク：権田瞳氏プロフィール

<http://www.japan-sports.or.jp/local/outline/adviser/22.html>