



ACP

チャイルド
アクティブ
プログラム
クリニック

監修:佐藤善人
(岐阜聖徳学園大学教育学部准教授)



第8回

訪問先 香川県高松市:
みっしろうざん
仏生山ビガーズスポーツ少年団 (前編)

ウォーミングアップも 遊びでいつもより楽しく!

初めて屋外で行われた今回のACPクリニックは、香川県高松市「仏生山ビガーズスポーツ少年団」が舞台。野球少年・少女たちに遊びを伝授した!

褒めて伸ばす指導で 楽しい野球を

「遊びの伝道師」佐藤善人先生は今回、「うどん県」としても有名な香川県の高松市に降り立った。梅雨入り後、各地では雨の日が続いていたが、この日の高松の地は私たちが歓迎してくれているような初夏の快晴だった。「天候にも恵まれた今回は、グラウンドの広さを生かし、思いきり走り回れるような遊びを考えています」と、佐藤先生も意気込む。

足を運んだのは、高松市立仏生山小学校。豊かな緑に囲まれた広い敷地には、歴史を感じさせる大きな校舎がたたずみ、整備が行き届いたグラウンドには、マウンドとバックネットが完備されている。今回は初めて屋外で行われるACPクリニックだ。

隣接する法然寺の境内を通り、階段を下りていざグラウンドに足を踏み入れると、子どもたちが「こんにちはー!」と元気なあいさつで迎えてくれた。野球チーム「仏生山ビガーズスポーツ少年団」の子どもたちだ。2年生、6年生まで、団員は16人。女の子も2人いて、この日は体験入団でさらに1、2年生の少年4人が練習に参加していた。校区外から通う子もいるという。

案内してくれるのは、約20年間この団に携わり、2年前に総監督に就任した河野徹夫さん。

「私たちの団では、子どもたちに楽しんで野球をしてほしいという思いがあるため、なるべく子どもたちの長所を褒めて伸ばす指導心がけています。それと同時に、単なる仲良しクラブではないので、時には厳しく接することもあります。監督やコーチ、保護者の方にも協力いただいて役割分担をし、細やかに指導しています」と、河野さんは語る。

そして、ご自身もこの団の卒団生である山下明信監督は「大人が先回りして安全を確保した遊びを子どもにさせる傾向があり、高学年になればなるほど、あまり外で遊ばない子も多いようです。ですので、今回佐藤先生にお越しいただくのをお待ちにしていました。どんな遊びを教えてくださいただけか、とても楽しみです」とにこやかに話した。

広いグラウンドを使って 思いきり走り回ろう!

子どもたちはまず、かけ声をかけながらランニングを開始。グラウンドを一周したところで入念にストレッチをし、水分補給をしてから佐藤先生の周りに集合した。



▲ランニングは大きなかけ声を合わせて



▲緑に囲まれた広いグラウンド。屋外でのACPクリニックは初めてだ



「人間知恵の輪」

全員で輪になって、隣の人以外とそれぞれ手をつなぐ。からまった腕を離さずに、腕の間をくぐったりまたいだり体の向きを変えたりしながら、腕をほどこいていく。1つの大きな輪になるか、2つの輪になったら成功。



◀「集合ゲーム」で心を一つに



◀山下明信監督



◀河野徹夫総監督

アクティブ・チャイルド・プログラムの内容については、日本体育協会のホームページからご覧になれます。

→ <http://www.japan-sports.or.jp/> (トップページ右側「PICK UP」内のバナーをクリックしてください)

■ 同プログラムについては、コーチング・クリニック誌 (ベースボール・マガジン社刊) でも連載中です。

「みんなが楽しく安全に遊べるように、ルールを守ろう」と、いつもの説明をする佐藤先生に対し、「はい！」と元氣よく応える子どもたち。まずは「集合ゲーム」(第8号参照)で手拍子をし、みんなの心一つにする。そして、コーチや保護者も巻き込んで8人ずつのグループをつくり、最初に行われた遊びは「人間知恵の輪」(第8号参照)。大人も一緒になって真剣に頭を使い、声をかけあいながら腕をくぐったりまたいだり……。それが終わると、子どもたちを2つのグループに分け、グラウンドを広く使って「ねごとねずみ」(第9号参照)が行われた。佐藤先生が「ねーねーねー……ねこー」「ねずみ！」と叫ぶたび、子どもたちはその俊敏性を生かして反応よく動く。「ねんど！」などとフエイントをかけられ、大笑いする場面も。最初は立った状態から始めていたが、座った状態から始めたり、足を伸ばして座り、相手の足の裏とくっつけた状態から始めてみたりと、同じ遊びのなかでも細かいアレンジを加える佐藤先生。ルールを変えることで、決して子どもたちを飽きさせない。

休憩をはさんでから次に行われたのは、「しっぽとりオニ」(第11号参照)。小学1年生～6年生までが一緒に遊ぶので、今回は長いしっぽと短いしっぽを用意。小さい子には短いしっぽをつけてあげることによって取られにくくさせ、上級生に長いものをつけることによって低学年の子でも取りやすいように配慮した。これも、勝敗の不確定性を担保するためのアイデア。実際に、この団で最も足の速い子のしっぽを、2年生の男の子が取るという大金星のシーンもみられた。この「しっぽとりオニ」でも、途中からルールを変えて遊ぶことに。まずは、2チームに分かれての「しっぽとりオニチーム戦」。夢中で走っていると、敵か味方かわからなくなってくるので、味方のしっぽを取らないように注意しながら追いかける。そして最後は「追って、追われて!」。子どもたちにはこれが最も好評だったよう。くるくると小さめの円を描くように逃げ回り、走る方向を変えながら楽しそうに全力で走っていた。同じ遊びでも、アレンジ次第で飽きずに遊べるのだ。

遊びによって生み出される 楽しい雰囲気と一体感

この日の遊びはこれで終了。普段の練習であれば、ダッシュなどでウォーミングアップをしているそうだが、遊びを終えてみて「い





◀▼「ねことねずみ」でも、立ったり座ったり、アレンジを加えて



▲広さを生かして走り回る子どもたち



「しっぽとりオニチーム戦」

2チームに分かれて相手チームのしっぽを取りあう。しっぽを取られても継続可能で、時間内により多くのしっぽを取ったほうのチームが勝ち。



「追って、追われて！」

4人で正方形の角に立ち、合図と同時に一斉に時計回りに走り、前の人を追いかけて、しっぽを取る。しっぽを取られた人は脱落。走っている最中に「はい!」とかけ声がかかったら、今度は逆回りに走る。最後まで残った人、もしくは制限時間内により多くのしっぽを取った人が勝ち。

つものアップより楽しかった!」と答えてくれたのは、6年生でキヤプテンの山下恭平くん。「追って、追われて!」が一番楽しかったです。普段あまり外で遊ばないので、これから毎回練習で遊びができるのはとても楽しみです」。

また、3年生の富田真央さんは「団の仲間とはあまり一緒に遊ぶことがなかったから、とても楽しかったです。学校の友達とはよく外で『こおりオニ』や『ケイドロ』をして遊んでいるので、今日佐藤先生に教わった遊びは、学校でもみんなやってみたいと思います」と笑顔で話してくれた。

6年生のお子さんをもつ保護者の方からは「子どもたちは声も出していたし、何より楽しそうに遊んでいたのがよかったです。いつもと違った雰囲気でしたし、一緒に遊ぶことによって一体感が出ているので、大会に向けてもいい効果がありそうです。小学生は遊びから学ぶことも多いと思うので、期待しています」という前向きな意見をいただいた。

「普段のダッシュより、遊びのほうがより全力で動いていると思いますし、さらに楽しく動いているのでいいですね。また、何種類もの遊びを教えていただいたので、スペースによって遊びの種類を変えられるのも素晴らしいと思います。何より小学生は、競技でも勝つことだけではなくて、楽しくプレーすることが本場に大切なので、遊びを通じて楽しい時間を共有できたら、いいプレーにもつながるかなと思います」(山下監督)

子どもたちが野球を嫌いにならないように、基本的には褒めて伸ばす指導を心がけている山下監督。その細やかな的確な指導の結果、高松市の大会で勝ち上がり、念願だった県大会への出場も果たしたという。また、大会や練習以外にも、保護者を交えたティーボール大会を開催したり、夏は地域のお祭りに参加したりと、楽しいイベントを織り交ぜながら活動している。練習前の遊びでも、豊富なバリエーションで子どもたちを飽きさせない努力をしたいと話す。

仏生山ビガーズスポーツ少年団の子どもたちを見て、あらためて「肯定的な言葉がけ中心の指導」の可能性を感じたと話す佐藤先生。今回はスペースを有効活用して、屋外で子どもたちがたくさん走り回る遊びを伝授した。元気いっぱいの子どもたちが、2カ月後どんな遊び方をするようになるのか。佐藤先生は、再び子どもたちのもとへ訪れるのを楽しみにしながら、高松の地を後にした。

性別や年齢を問わず、子どもたちにはみんなで仲良く遊んでもらいたいもの。
何かポイントはあるのでしょうか？ 遊びの伝道師・佐藤善人先生がお答えします。

Q

男女が仲良く遊ぶための工夫はありますか？

A

10歳くらいになると、男女で一緒に遊ぶことに抵抗を感じる子どもが増えてきます。先日、小学4年生を対象に遊びを紹介する機会がありましたが、そこでは男女で手をつなぐことを嫌がる子どもが何人かいました。高学年になると、多くの子どもは第二次性徴期に入ります。体つきも男女で差が出てきますし、心の変化も大きい時期ですから、異性を意識し始めます。これは、誰もが通る道です。つまり、この時期の子どもに何の手立てもなく、「男女仲良く遊びましょう」と指導者が音頭をとっても、なかなかうまくはいかないのです。

手をつないだり体が触れたりする遊びを、無

理に行く必要はないと思います。強要すれば、ますます性別を意識してしまい、遊びにくくなるからです。たとえば、鬼ごっこやボール遊びのような、接触がない（あるいは少ない）遊びを選択すれば、性別を問わず楽しく遊ぶことは可能です。その際、「女子の得点は2倍」といった男女で区別した安易なルールは避けるべきです。「男子は活発で、女子はおとなしい」という発想は大人の勝手な解釈です。男女で話しあい、みんなが納得できるよう、ルールを工夫してオリジナルの遊びをつくることも仲良く遊ぶ秘訣です。



Q

同じ学齢で活動することが多いのですが、どうしたら異年齢集団で遊べますか？

A

昔は、異年齢での遊びが多くみられました。年長者は年少者に配慮して遊び方を工夫し、年少者は年長者の動き方を見たり、まねたりしながら遊び方を学んだのです。その過程で、相手を思いやる心を育み、巧みに動く力を培いました。しかし、現在では異年齢での遊びはほとんどみられなくなりました。そのため、昔であれば地域の遊びのなかで育まれたさまざまな力が身につかないままに、スポーツ少年団に入団する子どもは増加しています。

スポーツ少年団でも、同じ学齢で活動することが多いようです。試合は学年単位で行われるため、どうしても主運動の練習は同じ学齢で行われがちになります。そこで、準備運動を活用して異年齢で遊ぶことを提案します。たとえば、全員で簡単なストレッチを行い、その流れで鬼ごっこをします。年長者のオニは年少者をタッチしようと追いかけますが、楽しませるためになかなかタッチしないなど、時には年少者が楽しめるように、年長者が話しあってルールを工夫するはずです。年少者のオニは年長者をタッチしようと全力で追いかけるでしょう。このように、異年齢での遊びを準備運動に取り入れることで、昔の子どものように遊びを楽しみながら、心身の発達を促すことが可能になるのです。

ACPに関する質問や悩み、感想などをお寄せください。62ページ「読者の広場」で募集するお便り・プレゼントのご応募に、皆さまの声を添えていただければ、今後の誌面の参考にさせていただきます。

さとう・よしひと

1972年、神奈川県生まれ。鹿児島大学卒業、東京学芸大学大学院修了。岐阜聖徳学園大学教育学部准教授。岐阜県内の小学校や中学校の教諭、東京学芸大学附属大泉小学校教諭を経て現職。専門は体育科教育学。日本全国で体育・保健体育の授業を参観して授業づくりに関わり、子どもと運動とのよりよい関係づくりを目指す。