

JSPO ACP アクティブチャイルドプログラム

げんき うご あそ
元気にからだを動かして遊ぼう!

アクティブ チャイルド プログラム

第9号 2022年2月7日発行 **新聞**



Bリーグのチームが ACPを地域で行っています



この日は
栃木県下野市にある
愛泉幼稚園を訪問しました

みなさんの学校にも
Bリーグの選手やスタッフが
来てくれるかもしれません



チームで作戦を考えて遊ぶ
「ボール集め」。
どのチームが早くボールを
3つ集めるか、競争です



相手のエリアに向かって
ボールを投げる「爆弾ゲーム」。
制限時間になった時に
自分のエリアにボール（爆弾）が
少なかったチームの勝ちです



JSPO-ACP インタビュー

いろいろなことにチャレンジしよう



MARINA さん
BREX
チアダンススクール講師

私は小学校の高学年からダンスを始めて、大人になってプロ野球チームと宇都宮ブレックスのチアリーダーになりました。チアダンスは華やかに見えますが、努力が必要ですし、仲間との協力が大切です。スポーツを続けることで、努力することや協力することなど多くのことを経験できたので、とてもよかったと思っています。ですから、みなさんにも、どんなスポーツでも、もちろん運動遊びでもよいので、積極的に、いろいろなことにチャレンジしてほしいです。

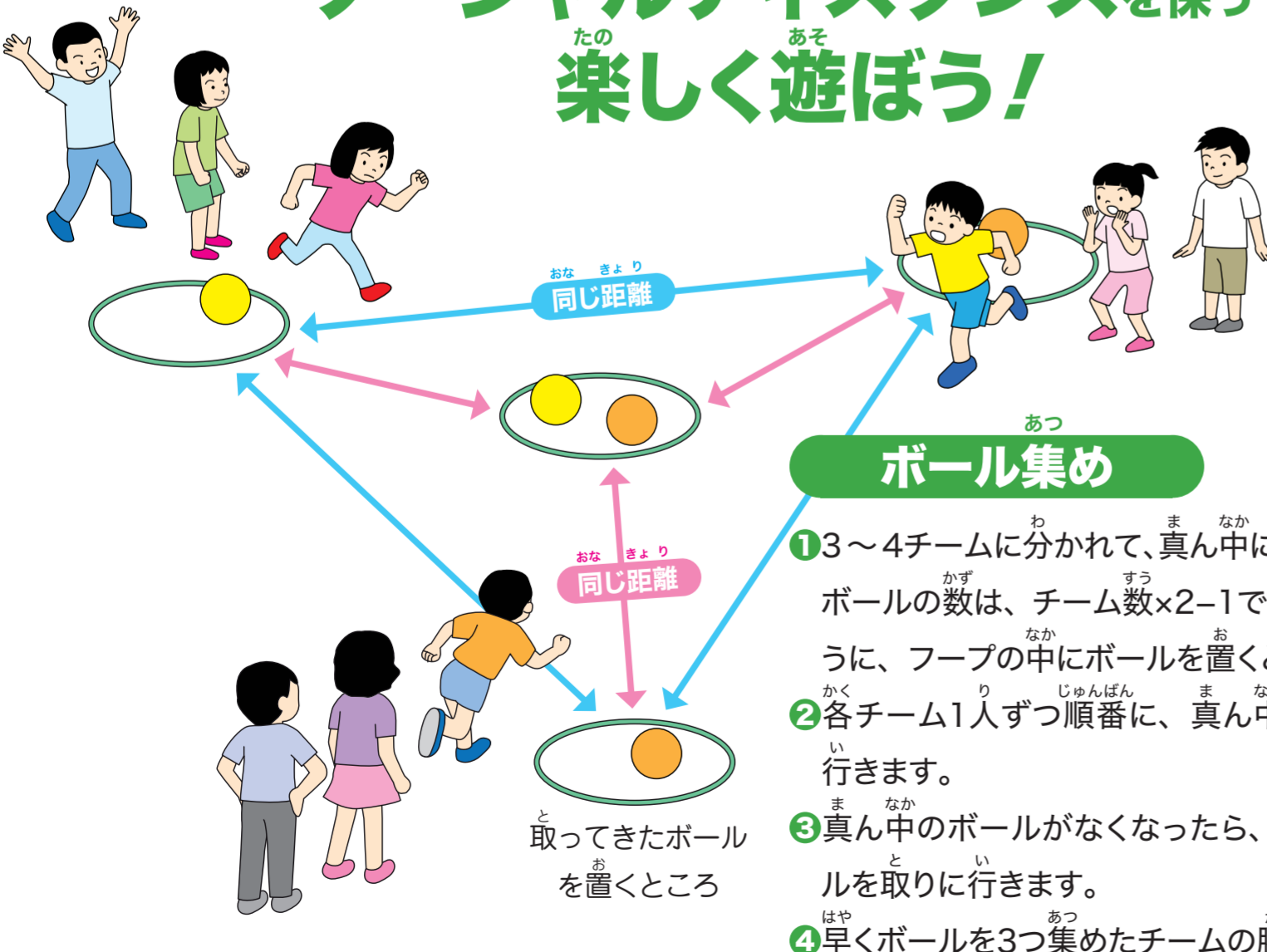


今井 さくら さん
BREX
バスケットボールスクール
コーチ

いろいろな人と、思いきり楽しもう

からだをたくさん動かすだけでなく、頭もたくさん使うのが運動遊びのよいところです。運動遊びを教えると、子どもたちは自由に考えて遊び始めます。みんなで楽しめるように、ルールを守ったり、お友達と協力したりする力も身につきます。「密」にならないようにする日が続いていますが、みなさんには、いろいろな人といろいろなことを楽しんでほしいです。運動遊びも一人ではできないですね。お友達やおうちの人、先生と、思いきり楽しんでほしいです。

ソーシャルディスタンスを保って 楽しく遊ぼう!



おうちの人と遊ぼう! 握手でパッチン

- パー、グー、チョキの足の動きを決めて、足でじゃんけんをします。
 - 握手をしたまま、じゃんけんをして、勝った人は相手のお尻を叩こうとします。
 - 負けた人は、よけてお尻を守ります。
 - 相手のお尻を叩けた人の勝ちです。
- ※叩く時は、力加減を忘れずに。

