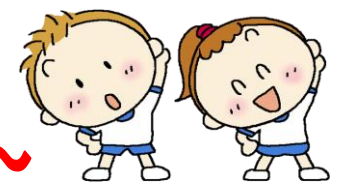


# HAT体育クラブ

～年中・年長クラス～



## 【主なプログラム】

「サーキットあそび」「ふれあいあそび」「技能獲得」  
上記のプログラムを大切に、取り組みを行っていきます。

## サーキットあそび

☆豊富な運動量で生理的欲求を満ちし、心身の健康を増進します。

\*幼児期の特性（動きたいという欲求）に合わせて、豊富な運動量が確保できる「サーキット」というツールを使い、生理的欲求を満ちしながら情緒の安定を図り体力向上を目指します。

☆調整力全般を養う総合活動で意欲と体力を底上げします。

\*サーキットでの繰り返し何度も経験できる特徴を活かし、様々な道具設定による動きの経験から神経を刺激し、平衡性（体をバランスよく保持する能力）・敏捷性（体を素早く動かす能力）・巧緻性（体を巧みに動かす能力）などの調整力全般を高めていきます。

## ふれあいあそび



・『からだ』のふれあいから『こころ』のふれあいへ

力を合わせたり力を比べたり、その経験から生まれる相手の力や重みを感じ、心の中でも相手の存在を感じられるような経験をいろいろな相手と行います。

・葛藤する経験

『迷ったり』『戸惑ったり』『気持ちを伝えあったり』と心が揺れ動く場面を意図的に作り出し、子どもたちが自ら『考え、決断し、行動する力』を伸ばしていきます。

## 技能獲得

“やれば出来る”という自信！

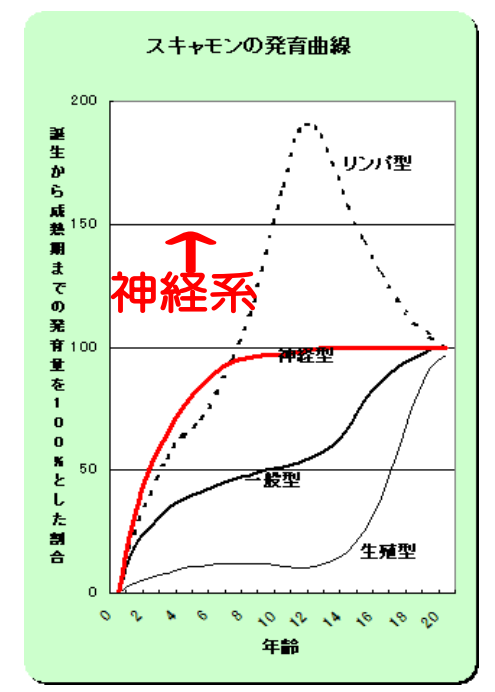
運動への意欲を引き出す！！

自身の体操競技の経験の専門性を活かした内容で、跳び箱、マット・鉄棒・縄跳び・ボールなどの体育器具を使用し、幼児期にあった技能の獲得を目指します。それにより、子どもたちの運動に対する意欲やチャレンジ精神が引き出されます。

●なぜ、このような遊び・取り組みが必要なのか？：

右図の『スキャモンの発育曲線』を見ると、神経系の発達は幼児期で80%完成してしまっています。この時期に一つの動きを単発的に繰り返し習得していくのではなく、短い時間で様々な動きをたくさん経験することが神経系への刺激により効果的だと考えられています。それを実践するためにはサーキット遊びがもっとも適切です。

子どもたちを取り巻く環境の変化により、昔に比べ人間関係が希薄になってきているように思います。本当の心身の『ふれあい』を通じて、葛藤や戸惑いを経験し、それを自分たちで解決していく。そんな経験値をたくさん持つことにより、自分自身や他の人の存在を認め合い尊重できる人間に育っていくのではないのでしょうか。それが生きる力につながると確信しています。



# 年長チャレンジクラス

☆マット・跳び箱・鉄棒・なわとびの技能獲得を目指すコースです。

\*幼児期の体育で最も大切なのは、上記にも記載しているように、たくさん体を動かすことのできるサーキットや仲間と遊びを通して関わることだと考えています。ですが、小学生になると技能課題（マット、跳び箱、鉄棒、なわとび）の達成が必須となってきます。私たちは小学生になった時にそれらの動きがよりよく出来るために、体育クラブを通して運動経験量を増やし、自分の体を操ることが出来るように取り組んでいます。その中で技能獲得にも挑戦しています。

年長になり、『出来るようになりたい』という気持ちが強くなってきます。その気持ちを集中して取り組むことで、達成に近づけようとチャレンジクラスを行っています。苦手なのもっと練習したい、もっと高い跳び箱が飛べるようになりたいなど、個々にあった技能獲得を目指します。

※体育クラブ入会者に限ります。（チャレンジコースのみの入会は不可）