

子どもかけっこ教室活動実績報告書

◆目的

イベントを通じ子供たちに走ること、運動することの重要性を啓発し、将来に亘り継続して運動していく基盤を醸成することを図る。また、本学学生が指導に携わることで、指導のノウハウを身につける。

◆日時・場所

①2020年11月14日(土) 鹿児島市(集合：鹿児島スポーツふれあいランド)
15:00～16:00

◆講師：国立大学法人 鹿屋体育大学教授 中垣内真樹

◆実技指導および指導補助：鹿屋体育大学陸上競技部学生

参加人数

170名

◆教室内容

中垣内と鹿屋体育大学の学生による実技、様々な動きを行う中で参加者自身の体の動かし方を学び運動することの楽しさや重要性を指導した。

◆前日までの準備

1. 実技内容の決定
2. 場所の確認
3. スタッフ打ち合わせ(対面およびリモートにより数回)

◆当日の流れ

		活動内容
12:30～	会場設営 教室準備	・ソーシャルディスタンスを確保した会場の設営, 準備
15:00～	教室 (写真1, 2)	・中垣内および学生による実技指導 ・間隔を決めて参加者同士の接触がないように行動 ・体を使い様々な動きを取り入れた
16:00	終了	



写真1



写真2

◆指導に携わった学生の感想

三浦柚記（4年生）

大学の4年間で、運動教室での指導は何度か経験していましたが、これだけ大勢の子供たちに陸上教室としてトレーニングや運動を指導するのは初めての経験でした。やはり、指導をする対象者の年齢によって伝わりやすい言葉や言葉遣いが違うことを改めて体感した機会でした。指導現場にいと、自分も楽しく、また、参加してくれた子どもたちが楽しんでいることを直接体感することができました。生涯スポーツや競技スポーツ関係なく、運動指導は楽しいと再確認できた機会になりました。

私が陸上を始めたきっかけは高校での部活選びの際に親に勧められたことです。今回のこの陸上教室に参加した子どもたちの中にもご両親が本教室に興味があり、連れられて参加した子どももいるのではないのでしょうか。陸上や運動を始めるきっかけはたくさんあると思います。今回の陸上教室が陸上競技を本格的に始めようと思ってもらえるきっかけに、また、もっと一生懸命に取り組んでみようかな、走ることや体を動かすことが楽しくなった、など陸上や運動をするにあたって何か前向きなきっかけになってくれたら嬉しいです。

教室終了後に、保護者が教室でやった動きについてもっと教えてほしいと私たちのところにこられたのがとても印象的でした。

今回、コロナ禍での開催でしたが、開催することができて本当によかったと思います。

福永誠之助（4年生）

あのような数百人単位を相手に陸上教室を行うのは初めてで、とても良い経験ができたと感じています。子供たちはとても素直で、元気いっぱいに私たちの指導を聞き入れて体現してくれました。陸上競技をやったことがない、普段は別の競技をしている子供たちがたくさんいましたが、そのような子供たちにも陸上競技の楽しさを少しでも味わってもらえたのかなと思います。

私が陸上競技を始めたきっかけは、ただ単に走ることが好きだということでした。この教室に来てくれた子供たちの中には、走ることが嫌いで、親に半ば強制的につれてこられたという子供たちもいたかもしれません。しかし、私が見る限りは、みんな一生懸命、楽しそうに走ってくれていました。この教室を通して、少しでも走ることに抵抗がなくなったり、走ることが好きになったりする子供たちが増えてくれたらと思います。そして、未来の鹿児島県を代表するようなスプリンターが出てきてくれることを期待しています。

私も、たくさんの人の前で話すことは苦手でしたが、この教室のおかげで少し抵抗がなくなった気がします。私自身も良い体験ができました。私は今年3月に卒業なので、来年参加はできませんが、この経験を4月からの仕事に生かしていきたいと思っています。

久保和奏（1年生）

私はほとんど陸上競技の指導を経験したことがないまま参加したため、どのように説明したり、声をかけたり、動いたりすれば良いか事前に分からずとても緊張しました。

当日は年齢差や体格差の大きい小学生がたくさん参加しており説明等が行き届くか、理解してもらえるのか不安でしたが、先生の説明や先輩方のお手本、事前に教えていただいた動きのポイント等のおかげで個々に声をかけてアドバイスすることができたり、自分が担当する場面でも流れを止めずに説明することができたと感じました。しかし先生や先輩の小学生に対しての手短にわかりやすく説明したり動きを見せたり声をかけたりする姿が自然で慣れているように感じました。今参加している NIFS クラブの陸上教室や指導実習等でも必要な力で、またそのような力を身につけたいため、積極的に経験を積んで学んでいこうと思いました。

◆まとめ

イベントを通して、鹿児島県のトップアスリートが実際に行っていることや運動を行うことの重要性を伝えることができた。また実技では実際に参加者自身が運動を行うことで体の動かし方や運動を行うことの楽しさを教えることができた。今後も運動を継続してもらい未来のトップアスリートを目指してもらいたい。