

2022年
3月28日 No.1651



週刊 教育資料

EDUCATIONAL PUBLIC OPINION <http://www.kyoiku-shiryō.co.jp>

潮流

コロナに負けない身体づくりを

有限会社さわだスポーツクラブ取締役社長 澤田康徳



資料

コミュニティ・スクールの在り方等に関する検討会議最終まとめ

——同検討会議

CONTENTS

▶ 2 潮流

コロナに負けない身体づくりを

澤田康徳(有限会社さわだスポーツクラブ取締役社長)

▶ 5 解説・ニュースの焦点

○教育委員会の機能強化・活性化などで論点案
編集部

○10年以内に特別支援教育の複数年経験を求める
編集部

▶ 8 校長講話

校長昇任を迎えられる方に

一学校経営計画と年度当初の動き一

並木浩子(東京都昭島市立昭和中学校校長)

▶ 10 管理職養成 教頭実務ガイダンス

一年を前向きに締めくくる

井部良一(全国公立学校教頭会事務局長)

▶ 12 インクルーシブ社会の障がい学入門

【SDGs×障がい】

障がい者も目標達成のメンバーだ

水内豊和(富山大学人間発達科学部准教授)

▶ 14 管理職必携 安心・安全の新常識

子どものベンの持ち方が危ない⑩

誰でも自信を持って指導できます

登丸永雅(日本ベン習字研究会理事・師範)

▶ 16 実践! 校長塾

自校の教育課程の評価と改善

～「やりくり」としてのマネジメント～

守木 貴(山梨県昭和町立押原小学校校長)

▶ 19 資料

コミュニティ・スクールの在り方等に関する
検討会議最終まとめ

同検討会議

▶ 35 品川裕香の共感教室

それでも彼女たちは「私は勝ち組」と言う

品川裕香(教育ジャーナリスト)

▶ 36 君たちが18歳になる前に

自分の感情とどう付き合うか

安藤 博(子ども法学者)

▶ 38 事務新時代

事務職員から学校の「おたより」に改革の風を③

「おたより研究」の成果

高橋綾乃(高知県・いの町立伊野南中学校主幹)

▶ 40 高校現場最前線

確かな専門性と人間力を育成し、

地域の期待に応える学校を目指して④

田嶋正幸(群馬県桐生市立商業高等学校)

▶ 43 教育問題法律相談

少年法改正について

角南和子(弁護士)

▶ 44 「学級・授業づくり」とっておきのツボ

教師の品性～言葉遣い～

俵原正仁(兵庫県芦屋市立山手小学校校長)

▶ 46 現場の課題に応える教育センター

学校現場の教育の情報化に向けて

セミナーや事例発表会などで支援します

青木伸介(一般社団法人 日本教育情報化振興会普及促進部)①

▶ 49 やがて実となる〈道德のタネ〉

堤 未果『デジタル・ファシズム』

貝塚茂樹(武蔵野大学教育学部教授)

▶ 50 BOOK

『ネットいじめの現在(いま) 子どもたちの

磁場でなにが起きているのか』

『まんがで知る デジタルの学びーICT教育

のベースにあるもの』

▶ 51 自著を語る

『学校を動かすスクールリーダーの言葉かけ』

山田貞二(岐阜聖徳学園大学准教授)

▶ 52 マイオピニオン

才能教育の推進

菱村幸彦(国立教育政策研究所名誉所員)



さわだ やすよし
澤田康徳さんに聞く

有限会社さわだスポーツクラブ取締役社長

潮流

コロナに負けない 身体づくりを

「クマ歩き」に「お尻歩き」——
楽しみながら運動することで
脳への刺激と運動経験を広げると、
徳育や知育にもつながる効果があった。

徳育・知育にもつながる体育を模索

さわだスポーツクラブは、1975年の創立以来、東京都の練馬区を基盤に、単なる体力づくりにとどまらず、幼児期からの社会的な発達や知的な発達、情緒的な発達などにもつながる運動プログラムを模索してきた。その成果が独自の幼児体育指導法の開発につながったという。

澤田 体育というと、跳び箱が跳べる、逆上がりができるなど、「できる」という成果を求めがちですが、そもそも「身体を動かすことって楽しいよね」とすべての子どもに感じてもらいたいという思いから、私たちの活動がスタートしました。近くにある石神井公園で、思い切り身体を動かせる「公園遊び」を体験してもらうことが活動の出発点になりました。

幼児期、特に5〜6歳児から10歳児くらいまでは、神経系の発達につながる基礎的な運動をたくさん経験することが大切です。例えば、自転車に乗れるためには、手足を使ってバランスよくペダルをこぐ動きが必要ですが、こうした神経系の発達につながる運動は、幼児期などに獲得していると、10歳以降で、改めて練

習しなくてもできるようになります。

公園遊びを土台に、脳に良い刺激を与え
るとともに、限られた時間や空間で仲間と
ともに道具を活用して、しっかりと運動量
を確保して効率よく運動する方法を追求し
た結果が、独自の「ABCプログラム」につ
ながった。「ABC」とは「Action Brain
Circuit」を略したもので、「運動と脳」
「サーキット運動」の2つのプログラムで
構成したものだ。

「運動と脳」のプログラムは、腰を高く上
げて四つん這い歩きをする「クマ歩き」や、
体操座りで腕をお尻の横について腕と足を
曲げたり伸ばしたりしながら前に進む「お
尻歩き」などがある。また、サーキット運
動は、①「走る・止まる・スキップ」など
移動系運動スキル②「ぶら下がる・押す・
引く」など非移動系運動スキル③「投げる・
蹴る・捕まえる」など操作系運動スキル④
「片足で立つ・乗る・渡る」など平衡系運
動スキル——という4つの基本運動スキル
がバランスよく含まれるように道具を適切
に組み合わせた点に特徴がある。

澤田 体幹バランスがしっかりしていな
いと、椅子にじっと座っていることも難
しくなります。今は様式のトイレが多い



サーキット運動の様子

ですが、和式のトイレで踏ん張れるため
には、こうした体幹バランスが必要です。
特別な訓練ではなくて、運動を通して楽
しく、しっかりと頭を使って身体を動か
せる機会を増やすことが大切なんです。
楽しみながら友達と運動をすることで、
知的好奇心や礼儀、思いやりなども自然
に身に付けられるプログラムの開発に力
を注いできました。

身体を動かす楽しさを経験させる

スポーツ庁の運動能力などの調査による
と、小・中学生の時期に運動が好きな子ど
もと嫌いな子どもに二極化する傾向が続い

ている。廊下の雑巾掛けなど、昔の子ども
なら一度は経験した手足をフルに使った運
動も、今はほとんどの子どもが未経験だ。

澤田 特に「運動と脳」がつながってい
る遊びは、昔からの伝承遊びに多いこと
に気が付きました。誰でもできる「手遊
び」や「鬼ごっこ」などの伝承遊びには、
神経系の発達につながる運動の要素が多
いのです。ですから、伝承遊びも取り入
れながら、皆と遊ぶ体験をできるだけ増
やし、運動することの楽しさを経験して
ほしいと願っています。

「サーキット運動」も、できるだけ短い時
間で多くの運動を経験してもらうために工
夫してきたという。学校などでの体育の授
業では、例えば、跳び箱を跳ぶために列を
作って自分の順番が来るのを待つ子どもの
姿を見ることがある。一方で、サーキット
型の運動にすることで、さまざまな運動の
質と量が経験できる。スポーツクラブでは
幼児期から、例えば2歳時は親と一緒に、
3〜4歳児は、自分でやってみたい道具を
次々変えていけるようにしている。5〜6
歳児では、自分の得意なものや苦手な運動
に挑戦したり、友達と同じ運動を一緒にす
るなど、その子どもなりの目標を持って取

り組むようになるという。

澤田 サークット運動の目的は、できるだけ多様な運動を短時間で経験してもらうものです。例えば、4つの運動スキルの中でも、「平衡系運動スキル」が大事なのですが、姿勢を保つ動きの技術を身に付けるものです。そのためには、平均台などがあれば、それを使うのですが、特別な施設や道具がなくても、例えば、紐を床に置いて、その上を歩いてみるということでも運動スキルを育てることができます。

指導用のテキストを提供

幼児期からの体育に生かしてもらおうと、2019年には、「ABCプログラム実践テキスト」を作成し、幼稚園や保育所、保護者やスポーツ指導者などに、提供してきた。このテキストには、理論編で幼児期の身体運動の指導で大切な考え方を、実践編で、指導計画の作成や具体的なプログラムの紹介と指導する際の留意点などをまとめた。2020年には28のプログラム例を追加した「第2版」も作成した。

澤田 このテキストは、これまでの実践を積み重ねた経験を基に、幼児期からの

基本的な運動の指導例をまとめたものですが、できれば小学校の低学年まで、10歳くらいまでは、こうした基礎的な運動を通して、身体を動かすことの楽しさや面白さを経験してもらって、10歳以降は、自分がやってみようという運動にチャレンジしてもらいたいと考えています。実際の指導では、特に幼児に対しては、指導者の言葉かけも、具体的にでない子どもに伝わりません。例えば、ただ「ジャンプしよう」ではなくて、「うさぎさんのようにジャンプしよう」「カンガルーのようにジャンプしよう」などと、子どもがイメージしやすい言葉掛けを工夫します。現在、テキストで紹介した運動の実際の姿を短い動画にしたものを作成しており、QRコードで動画閲覧がしやすいように改訂を進めているところです。

スポーツクラブでは、体操クラブなど小学生的の高学年の子どもが参加しているものもあるという。4・5歳の幼児がやっている運動を高学年の子どもたちにやってもらうと、「恥ずかしい」などと楽しそうにやりながら、最終的には自分たちでルールを考えて、より高度な運動に作り変える姿を見ることがある。

小学校の体育では、身体づくりなどの運動の一環として、伝承遊びなどの要素も取り入れた運動に取り組んでいる。地域のスポーツクラブなどで蓄積した運動プログラムなどを小学校の高学年以降の体育の授業などに活用するなど、連携できる面もある。

澤田 私たちは幼児期の運動の在り方を模索する過程で、楽しみながら「運動と脳」「サーキット運動」を組み合わせた独自のプログラムを開発して、その指導のためのテキストなども作成してきました。ですから、学校の先生方と地域のスポーツクラブの指導者などが連携する場合は、互いのねらいや目的をしっかりと理解した上で、相互に補う関係が望ましいのではないのでしょうか。そのことが、子どもの運動不足や運動嫌いを少なくして、「底上げ」することにつながればと願っています。幼保小の連携もいろんなやり方があると思いますが、運動という視点はこうした連携が一番やりやすい分野だと思います。まずは、学校の業間の遊びなどに取り入れて、運動の楽しさを味わう機会にしてほしいと思います。

有限会社さわだスポーツクラブ || <https://sawada-sc.com/>